SABIDURIA para la NUEVA ERA
de EDGAR CAYCE

MILAGROS DE CURACION

Usando las Energías de su Cuerpo

WILLIAM A. McGAREY
Charles Thomas Cayce
Editor general

EDAF

WILLIAM A. McGAREY, M. D.

MILAGROS DE CURACION

Usando las energías del cuerpo

Con prólogo de Charles Thomas Cayce

EDAF/NUEVA ERA

Título del original inglés:
HEALING MIRACLES

Traducido por:
PILAR GUTIERREZ

© 1988 by William A. McGarey
© 1990 de la traducción, Editorial EDAF, S.A.
© 1990, Editorial EDAF, S.A. Jorge Juan, 30 Madrid.
Para la edición en español por acuerdo con Harper and Row. New York. USA.

No está permitida la reproducción total o parcial de este libro, ni su tratamiento informático, ni la transmisión de ninguna forma o por cualquier medio, ya sea electrónico, mecánico, por fotocopia, por registro u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito de los titulares del Copyright.

Depósito legal: M. 44.623-1990
I.S.B.N.: 84-7640-458-1

PRINTED IN SPAIN IMPRESO EN ESPAÑA

Gráficas Rogar, S. A. - León, 44 - Pol. Ind. Cobo Calleja - Fuenlabrada (Madrid)

INDICE

Págs.

PRÓLOGO por Charles Thomas Cayce 11
PREFACIO 15
INTRODUCCIÓN 19

PRIMERA PARTE:
LA MEDICINA ENERGETICA EN OCCIDENTE

1. La medicina en proceso de cambio 27
2. La salud y la enfermedad. El enfoque de Cayce 37
3. Milagros de las energías del cuerpo 51
4. El Templo Hermoso 63

SEGUNDA PARTE:
LA CURACION DEL CUERPO

5. La curación a través de la dieta 81
6. El equilibrio ácido-alcalino 91
7. Ejercicio y meditación 99
8. Atención médica 111
9. Asimilación y eliminación 121
10. Manipulación y masaje 127
11. El trabajo con el inconsciente 137
12. Energías que actúan para sanar el cuerpo 155
13. La curación con la Palma Christi 165

TERCERA PARTE:
CURAR LA MENTE

14. Una aventura en la consciencia 179
15. Medicina para el mundo de hoy 189

ANEXO 203
BIBLIOGRAFÍA SELECTA 213
INDICE 215

AGRADECIMIENTOS

Quiero dar las gracias a todos los que han participado en la elaboración de este manuscrito y a todos los que han compartido sus experiencias conmigo a lo largo de los años:

Hugh Lynn Cayce Gladys T. McGarey.
Peggy K. Grady.
Harvey Grady.
Erika Bauer.
June Newton.
Bill y Elsie Sechrist.
Maxine Aten.
Stella Andres.
John B. McGarey.
Los doctores J. D. y Heather McClary.
Bob Smith.

¡Y en especial Edgar Cayce, que hizo posibles todas estas experiencias de curación!

PROLOGO

«Vivimos una época en la tierra en que todo el mundo busca un mayor conocimiento de los misterios de la mente, del alma», dijo mi abuelo, Edgar Cayce, desde un trance inconsciente en el que demostró un don extraordinario de clarividencia.

Sus palabras son aún hoy proféticas, a medida que aumenta el número de norteamericanos que en estos tiempos inciertos recurren a explicaciones psíquicas para acontecimientos cotidianos. Por ejemplo, según una encuesta a nivel nacional del Consejo Nacional para la Investigación de la Opinión, cerca de la mitad de los adultos norteamericanos cree actualmente haber mantenido contacto con alguien difunto, cifra ésta que dobla la de diez años atrás. Dos tercios de todos los adultos manifiestan haber tenido una experiencia de percepción extrasensorial. Hace diez años, esa cifra era sólo de un 50 por 100.

Cada cultura a lo largo de la historia ha dejado constancia de las capacidades extraordinarias, más allá de los cinco sentidos, de algunos de sus propios miembros. Estos individuos peculiares despertaron un interés especial debido a que parecían capaces de ofrecer soluciones para los problemas acuciantes de la vida. La América del siglo XX no es ninguna excepción.

Edgar Cayce fue quizá el vidente más famoso y mejor documentado de nuestros tiempos. Empezó a usar sus extraordinarias habilidades en su juventud y desde entonces, a lo largo de cuarenta años, se tumbaba en un sofá, generalmente dos veces al día, entraba en un estado parecido al sueño y respondía a preguntas. Más de catorce mil de estos discursos, llamados *readings* (mensajes) fueron cuidadosamente transcritos por su secretaria y preservados por la Funda-

ción Edgar Cayce en Virginia Beach, Virginia. Estas lecturas mediúmnicas siguen siendo fuente de inspiración, introspección y ayuda para lograr la curación para decenas de miles de personas.

Habiendo recibido solamente una educación primaria, Edgar Cayce vivió una vida sencilla y simple, según los criterios del mundo. Sin embargo, ya en su infancia en Hopkinsville, Kentucky, percibió que poseía facultades paranormales. Un día, estando solo, tuvo una visión de una mujer que le dijo que habría de tener poderes extraordinarios para ayudar a la gente. También relató experiencias de haber «visto» a parientes muertos. Una vez, mientras estudiaba para un examen, se durmió sobre el libro y despertó sabiéndo todo su contenido.

De joven experimentó con la hipnosis para tratarse un problema crónico de garganta que le había hecho perder el habla. Descubrió que, bajo hipnosis, podía diagnosticar y describir tratamientos para las afecciones físicas de otros, a menudo sin conocer ni ver a la persona afectada. La gente empezó a hacerle preguntas de otras clases y vio que también podía contestarlas.

En 1910, el *New York Times* publicó una historia a doble página con fotos sobre las capacidades paranormales de Edgar Cayce, descritas por un joven médico, Wesley Ketchum, a una asociación de investigación clínica de Boston. A partir de entonces, empezaron a recurrir a él personas de todo el país con toda clase de preguntas.

Además de sus extraordinarios talentos, Edgar Cayce era un hombre profundamente religioso que durante toda su vida adulta enseñó catequesis y leyó la Biblia tantas veces como años vivió. Siempre procuraba sintonizarse con la voluntad de Dios leyendo la Biblia y manteniendo una rica vida de oración, al tiempo que procurando servir de ayuda a aquellos que acudían en busca de ella. Usó sus talentos únicamente con fines benéficos. La simplicidad y humildad de Cayce y su compromiso de realizar el bien continúan atrayendo a gente a conocer su vida, su obra y la enorme información que divulgó.

En esta serie esperamos proporcionar al lector conocimientos útiles en la búsqueda del sentido de la vida. Cada libro de esta serie explora su tema desde el punto de vista de los mensajes de Edgar Cayce y compara las perspectivas de otras obras metafísicas y del pensamiento científico actual. El lector interesado no precisa conocimientos previos de la información de Cayce. Cuando se cita algu-

no de los mensajes de Edgar Cayce, se hace junto con el número que identifica tal mensaje para aquellos que deseen leer el texto completo. Cada libro incluye sugerencias para el estudio posterior.

Este libro, *Milagros de curación: Usando las energías del cuerpo,* de William A. McGarey, M. D., cubre la información contenida en los miles de mensajes médicos proporcionados por Edgar Cayce. Nadie más indicado que el doctor McGarey, quien ha estudiado estos mensajes y aplicado la información médica que proporcionan para el tratamiento de sus propios pacientes durante muchos años en la clínica de la Asociación para la Investigación y la Iluminación (A.R.E.) en Phoenix, Arizona. Las numerosas curaciones llevadas a cabo en la clínica, de pacientes defraudados por la medicina convencional, suponen un tributo no sólo al autor y a su equipo, sino al valor continuado de los remedios heterodoxos que aparecen en los mensajes de Cayce y a la solidez de su filosofía sobre la curación del cuerpo, la mente y el espíritu.

Charles Thomas Cayce, Ph.D.
Presidente
Asociación para la Investigación y la Iluminación

PREFACIO

Hace unos dos mil quinientos años, Patanjali, el primero de los grandes maestros de yoga, realizó un tratado sobre la naturaleza del mundo y la naturaleza de los seres humanos. Por un lado, describió el cosmos como algo organizado en niveles estructurados de Mente llamados materia, emociones, mente y espíritu. Por otro lado, habló de cómo el individuo podía llegar a adquirir consciencia del cosmos en cada una de sus dimensiones, y habló de cómo trabajar en el cosmos.

El concepto fundamental de Patanjali es que Todo consiste de Mente y sus modificaciones. Según su visión, el cosmos con todas sus partes —galaxias, sistemas solares, planetas, gente— es una expresión de Mente. Más aún, cada ser humano es una chispa de Mente que vive, vida tras vida, en un viaje de desarrollo cuyo destino es la expresión plena de luz, amor y poder, es decir, conocimiento, compasión y fuerza.

Como estudiante en el departamento de Física de la Universidad de Minnesota, cuando empecé a comprender los conceptos de Patanjali, llegó a mis manos el libro de Thomas Sugrue titulado *Hay un río.* La historia del desarrollo de Edgar Cayce para convertirse en una encarnación del amor me fascinó en sí misma, pero, más aún, desde el punto de vista científico, me interesó el conjunto de ideas referidas a Mente y la materia: cómo es la mente humana, cómo funciona dentro del cuerpo, cómo funciona en las relaciones interpersonales, cómo funciona para encontrar soluciones creativas a problemas intelectuales y cómo funciona en descubrir y expresar esa Mente.

Con perseverancia y ponderación, traduje parte del difícil len-

guaje de Cayce a un inglés sencillo y me impresionó descubrir que sus ideas eran esencialmente las mismas que las de Patanjali, concretamente:

> *Sólo hay una naturaleza.* Sus leyes no cambian. Siendo ambos videntes, Cayce y Patanjali describieron la misma naturaleza y la misma Mente pero desde puntos de vista diferentes. También se encuentran paralelos en los escritos de los maestros que patrocinaron a H. P. Blavatsky y la Sociedad Teosófica.
>
> *Todos los fenómenos —mentales, emocionales y físicos— siguen la ley natural.* No hay milagros. Nada es sobrenatural. Sólo hay procesos espirituales, y éstos son «naturales». Jesús dijo sobre sus curaciones y otros hechos extraordinarios: «Estas cosas haréis también vosotros.» Parecía estar diciendo, como presagió Patanjali y repitió Cayce, que cada persona tiene un «potencial» pleno, aunque sin desarrollar.
>
> *Sólo hay una Mente.* Cada mente individual, consciente o no de ello, es parte de esa única Mente.
>
> *La energía de la naturaleza es la energía de Mente.* Todo está construido de y por Mente. Para cambiar la naturaleza, dentro o fuera del cuerpo, hay que cambiar Mente. Para lograr esto intencionadamente, hay que ponerse en alineación con Mente, ser capaz de pensar dentro de Mente. Entonces, los resultados dentro del cuerpo y en la naturaleza son automáticos e inevitables.

Es inspirador descubrir que los principales maestros espirituales tienen las mismas ideas. Aurobindo, en la *Síntesis de yoga,* habla de lo mismo que Patanjali y Cayce pero de forma distinta y en sus propias palabras. En el libro de Alice Ann Bailey, *Tratado sobre magia blanca,* su maestra, una tibetana, revela el mismo cuadro grandioso del cosmos, la jerarquía y la humanidad en otras palabras. Manly Palmer Hall muestra de nuevo lo mismo en sus *Enseñanzas secretas de todos los tiempos: Un esquema general de la filosofía masónica, hermética, cabalística y rosicruciana.* Mi mujer, Alyce, y yo recibimos la misma visión de Mente y naturaleza de un maestro que conocimos a finales de los años 30. Este maestro enseñaba: «No aceptes estas ideas sobre la mente humana, sobre Mente universal y sobre el cosmos como un acto de fe; compruébalas. No creas o dejes de creer en ellas; estos estados emocionales son impedimentos. Recuerda y experimenta. Pruébalo en la vida. *Sabe* de lo que hablas, pues esto supera a la creencia. Medita y practica la autorregulación y avanzarás hacia el conocimiento.» ¿No es sorprendente que esto sea tam-

bién, en esencia, la enseñanza de Cayce y de los doctores William y Gladys McGarey?

Por otro lado, quizá no sea extraordinario que los videntes coincidan en lo que *es*. Pueden tener ojos y perspectivas distintas, pero parecen ver el mismo universo multidimensional. Si de verdad *ven,* sería más sorprendente que no estuvieran de acuerdo.

Con estas ideas tenemos ya un baremo para medir los cientos de libros y cursos y casetes para el desarrollo interior que nos han inundado en los años 80 sobre misticismo, ocultismo, espiritismo, canalización, autopoder, programación subliminal, etc. Si estas cosas contradicen a Patanjali, a Cayce, a los tibetanos, a Aurobindo, al Maestro, las dejamos de lado. Si concuerdan parcialmente, las valoramos también parcialmente. Si se corresponden en sus principios aunque expresen nuevos datos científicos y nuevas concepciones culturales, los absorbemos. Nuestra amalgama, si pudiera ser completa, describiría Mente y naturaleza y describiría también nuestro papel, como seres humanos, en el desenvolvimiento del Plan de los maestros.

Espero que todos los que lean este libro *pensarán* sobre lo que significa, *intuirán* su significado y *lo aplicarán.* Estos fueron tres puntos sobre los que Edgar Cayce siempre puso gran énfasis, y el doctor McGarey nos ha dado abundante material sobre su experiencia con los mensajes de Cayce y sobre su aplicación para ayudarnos a entender a esa Mente. El autor no presume de ser un teórico, sino una persona práctica, un contrastador de ideas, un buscador de significados, y ha destilado para nosotros su experiencia con el material de Cayce a lo largo de los últimos veinticinco años.

Este libro ha sido valioso para mi. Dio más sustancia y reforzó mi comprensión de la Naturaleza. Al leerlo, me esforcé en conservar una postura mental intuitiva, absorbiéndolo y dejando que las ideas básicas se conformaran primero en el inconsciente y luego en la consciencia. A partir de esto, tomó forma como una de las visiones perennes de Mente.

Así, al estudiar este informe de experiencia clínica, es apropiado de nuevo decir: «*Piensa, intuye* y *aplica*».

Elmer E. Green, Ph.D.
Director
Programa de Controles Voluntarios
La Fundación Menninger

INTRODUCCION

La medicina moderna norteamericana se enfrenta a una grave crisis. A lo largo de los últimos cuarenta años, los hospitales y los seguros médicos se han convertido en una industria de gran envergadura con unos costes al consumidor en rápido ascenso. El coste desorbitante de los seguros contra demandas por negligencia médica y de los servicios de abogados para los pleitos por esta causa amenaza la supervivencia de muchos aspectos de la atención médica. Al mismo tiempo, el público siente un creciente desencanto con la profesión médica que durante tantos años gozó de un lugar muy alto sobre un pedestal. A pesar del término *atención sanitaria,* a la mayoría de los profesionales de la salud no les importa que se sanen o no sus pacientes. Por el contrario, la mayor parte de sus esfuerzos van dirigidos a las enfermedades de los pacientes —a la patología— una vez que éstos han perdido la salud.

La pregunta que me ha perseguido durante los cuarenta y cinco años que he estado en la profesión médica es: ¿Por qué es tan difícil vencer la enfermedad y por qué es tan inadecuada la prevención?

Es cierto que se han hecho avances. La polio, la tuberculosis y las enfermedades infecciosas infantiles se han controlado casi por completo. Pero hemos sufrido contratiempos también. Ha aumentado el cáncer infantil, a la vez que han aparecido en las últimas dos o tres décadas la candidiasis, la hipoglucemia, el síndrome vírico de Epstein-Barr y el síndrome de inmunodeficiencia adquirido (SIDA).

¿Por qué es que cuando supuestamente conquistamos una enfermedad, otra viene a sustituirla? ¿Por qué no podemos coger a un individuo con un problema de corazón y devolverlo a la normalidad sin necesidad de cirugía de corazón abierto o trasplante de órgano?

¿Por qué no reconocemos que la condición normal del ser humano es un estado abundante de salud? ¿Y por qué es que no podemos, o no *hemos podido,* reconocer y controlar los factores que en realidad crean un estado de desarmonía o enfermedad? Estas son algunas de las preguntas que hay que explorar y contestar antes de que el público pueda sentirse satisfecho de recibir una atención honrada y constructiva.

Algunos de los enfoques más amplios de muchas de estas preguntas pueden hallarse en la obra del vidente norteamericano Edgar Cayce, que falleció al año después de mi ingreso en la Escuela de Medicina. He estudiado los casi quince mil mensajes de sus trances, y he aplicado sus remedios heterodoxos a mis pacientes a lo largo de muchos años. Este libro trata de las ideas de Cayce que están detrás de estos remedios y de lo útiles que han resultado ser.

El deseo de Cayce, ya de niño, fue el de ayudar a la gente. De no haber sido por su falta de medios, habría estudiado medicina. Su otro deseo era el de ser predicador o misionero. No es de extrañar, pues, que la información que proporcionó desde un estado inconsciente reflejara en cierto modo los deseos que había expresado acerca del sentido de su vida. Ambos proceden de una misma fuente.

Todos los mensajes primeros de Cayce tenían relación con la enfermedad del cuerpo humano y cómo remediarla. Cuando se seguían sus instrucciones, el paciente casi siempre mejoraba. Algunos pedían ayuda cuando estaban ya en un estadio incurable de cáncer u otras enfermedades incurables; Cayce les decía que su dolor podía aliviarse pero que no se podían curar. Sin embargo, la mayoría de los que solicitaban ayuda, la encontraban, y de formas que influían en la fisiología del cuerpo para volver a la normalidad.

Al tratar temas de la curación del cuerpo humano, Cayce puso énfasis en la relación entre nuestras naturalezas espirituales, mentales y físicas y sobre la necesidad de recuperar su unidad para devolver la salud al cuerpo. No reconocer este principio es no ver la realidad de lo que constituye la clave en el paso de la enfermedad a la salud.

En contra de esta realidad, la práctica de la medicina durante los últimos años se ha hecho tan mecanizada y especializada que la verdadera fuente de la salud —nuestra fuerza vital otorgada por Dios— se ha visto abandonada o simplemente olvidada. Quizá nunca fuera siquiera reconocida. Cuando un paciente mira al doctor

y dice: «Tú puedes curarme», el médico está tentado de creer que es efectivamente él o ella quienes están realizando la curación. Siempre que a mí, como médico, me asalta esta tentación, recuerdo las palabras de Cayce sobre el tema:

> «Que todos los que atienden a los enfermos sepan que toda la curación, que toda la fuerza y el poder vienen del Infinito; que aquellas influencias y poderes que operan en ellos y a través de ellos al poner remedio, pueden y harán que, por las promesas que El nos ha dado, se manifieste la salud, la fuerza, la vitalidad para este cuerpo.» (N.° 735-4) *.

Cayce dijo que los medicamentos, los compuestos, y los instrumentos mecánicos, tienen cada uno su lugar como instrumentos de curación. También es muy necesario el trabajo de despertar la esperanza, crear confianza y traer fe a la consciencia del individuo.

> «Pues, ¿quién cura todas tus enfermedades? Sólo se dará una verdadera curación cuando cualquier parte de la estructura anatómica del ser humano entre en armonía con las influencias divinas que es una parte de la consciencia de una entidad individual. Sin esto, es nula y se vuelve más destructiva que constructiva.» (N.° 5083-2.)

A medida que nos aproximamos al final del siglo XX, la gente de todo el mundo se está dando cuenta de que tiene la capacidad de elegir. Está empezando a tomar decisiones y, de paso, está aprendiendo más sobre su propia naturaleza —que de hecho son criaturas de la Divinidad y que tienen en su propio organismo los poderes curativos que no sólo pueden ayudarles a superar una enfermedad, sino que también pueden mantener el cuerpo sano, si se usan de la manera correcta—. Estos son pacientes que están buscando la forma en que quieren ser tratados. Están empezando a reconocer su verdadera naturaleza propia.

---

* A cada una de los mensajes de Edgar Cayce se le ha asignado un número compuesto de dos partes para facilitar su consulta. A cada persona que recibió un mensaje se le dio un número anónimo; ésta es la primera parte del número bipartito. Debido a que muchas personas recibieron más de un mensaje, el segundo número designa el número que hace ese mensaje en su serie. El mensaje n.° 735-4 se le dio a una persona a la que se asignó el número de caso 735. Este mensaje concreto fue el cuarto que obtuvo de Cayce.

En mi ejercicio como médico de cabecera durante cuarenta años, mi enfoque sobre cómo se crea la salud y cómo se lleva a cabo la curación se ha visto enormemente transformado por mi experiencia con el material de los mensajes médicos de Edgar Cayce. Desde 1955, tanto Gladys, mi esposa, como yo hemos estado trabajando con las ideas tomadas de los mensajes en nuestra práctica médica.

Alguna vez los resultados han sido decepcionantes, pero, en general, han sido agradables, sorprendentes o simplemente extraordinarios. Nuestros pacientes responden a veces de forma que no habíamos anticipado, y la curación llega a veces cuando parece improbable o casi imposible.

Desde 1970, cuando inauguramos la Clínica de la Asociación para la Investigación y la Iluminación (A. R. E.) en Phoenix, hemos aumentado el equipo médico y ampliado los numerosos servicios terapéuticos que se sugerían en los mensajes. Cayce recomendaba cuidados médicos, osteopáticos, quiroprácticos, a la vez que aconsejaba a menudo masajes terapéuticos y friegas. Hemos añadido la terapia electromagnética, la electroterapia transcutánea y otras formas de tratamiento que sólo se insinuaban en los mensajes. Durante los últimos diez años, hemos ofrecido programas internos de nueve y diecisiete días que han reunido a servicios médicos y terapéuticos para despertar en los pacientes la consciencia de su verdadero potencial de salud plena.

Mi propósito en este libro es el de compartir información práctica que cualquiera puede usar para iniciar o acelerar el proceso de curación, sea cual sea la enfermedad. Gran parte de esta información práctica puede usarse en casa, como, por ejemplo: ejercicios, buena alimentación, oración, meditación, la creación de nuevos patrones de hábitos emocionales de respuesta y aprender a darse cuenta de que uno tiene verdaderamente un origen y destino divinos.

Este es un libro que debe leerse con la intención de encontrar ideas e instrucciones sobre cómo mejorar tu salud y tu consciencia; se ha escrito para animarte a ti y a tus seres queridos a entrar en un camino de creciente consciencia de tu destino en relación al Origen. Son las observaciones y experiencias de un médico en el campo de la curación, usando como guía principal las ideas de Edgar Cayce sobre la salud, superpuestas a una base educativa en medicina convencional y un título para ejercer esa profesión.

Por tanto, va dirigido primordialmente al público lego, pero

también a los profesionales e investigadores médicos interesados para que extraigan cualquier idea que juzguen estimulante. Lleva en sí un gran respeto por la naturaleza espiritual de cada ser humano y el conocimiento y la convicción de que cada uno de nosotros en este plano terrenal posee un potencial último que no podemos ni soñar.

Y, asimismo, este libro desafía a cada lector a probar las ideas que surgieron de la mente inconsciente de este increíble vidente y descubrir las alegrías de la salud física y mental y del crecimiento espiritual que es el destino de todos.

Su intención, pues, es la de llenar un profundo vacío en aquellos que están buscando un camino a través de la vida que hemos dado en llamar una «aventura en la consciencia» —un camino que Cayce sugirió es en verdad el trabajo del Cristo en la tierra hoy.

William A. McGarey, M. D.
Phoenix, Arizona

PRIMERA PARTE

LA MEDICINA ENERGETICA EN OCCIDENTE

Los remedios y terapias descritos en este libro están sacados de la propia experiencia del autor, así como de la correspondencia y conversaciones mantenidas por él con diversas personas acerca de sus experiencias de curación. Las terapias y remedios descritos no tienen la intención de sustituir el asesoramiento de cualquier otro médico. En el caso de una dolencia física, se debe recurrir al médico.

1

LA MEDICINA EN PROCESO DE CAMBIO

El médico no debe tratar la enfermedad, sino al paciente que la sufre.

MAIMÓNIDES

La medicina —la medicina científica, alopática *— ha perdido el rumbo. Esto es así si hemos de dar crédito a las afirmaciones de algunas de las figuras más honorables de la historia médica acerca del sentido de la medicina. Fue hace ochocientos años cuando Maimónides resumió en esas pocas palabras citadas al inicio de este capítulo lo que consideraba ser la esencia de la práctica médica.

Maimónides no estaba solo en sus instrucciones a los que habían de seguirle. Hipócrates dijo una vez: «Existen dos cosas, la ciencia y la opinión; la primera engendra el conocimiento, la segunda, la ignorancia.» La ciencia ha reunido mucha información valiosa relativa a la práctica de la medicina y, por tanto, *sabemos* muy bien muchas cosas. Los métodos científicos han hecho posible trasplantar órganos vitales, detectar con exactitud el sexo de un niño aún no nacido, determinar la extensión de un cáncer y la localización y tipo de graves enfermedades. Debemos valorar y seguir el método científico en ese aspecto. Pero el mundo está lleno de multitud de realidades que la ciencia no ha comprobado, no entiende y ni siquiera reconoce. Algunas de estas realidades, cuando se observan en el ejercicio diario de la medicina, se consideran anécdotas y se descartan como insignificantes. Pero encierran mucha sabiduría, y a veces muestran lo que le falta a la medicina científica para alcanzar la meta de la comprensión de los seres humanos.

Un buen ejemplo tomado de mi propia experiencia profesional

---

* Un sistema de práctica médica con remedios que producen efectos diferentes a los de la enfermedad que se trata.

es el caso de una niña de cuatro años, Beth, a la que su madre trajo a la Clínica A.R.E. como «última esperanza». Cuando Beth tenía dos años, se cayó rodando por las escaleras de su casa. Entonces pesaba diez kilos, pero a lo largo de los dos años siguientes no engordó nada a pesar de seguir creciendo en estatura. Tenía aspecto de niña famélica y había sido diagnosticada por los médicos que la habían explorado anteriormente de síndrome de mala absorción y de megacolon; es decir, que su tracto intestinal se negaba a absorber la comida y que su colon se había hecho excepcionalmente grande. A pesar de que comía casi continuamente, no engordaba y sólo tenía deposiciones una vez cada dos semanas. Sus brazos y piernas parecían palos y le costaba mucho —por el dolor que le causaba— andar de un lado al otro de la habitación. A su madre le habían dado el pronóstico de muerte por inanición. Fue entonces cuando decidió traer a su hija a nuestro programa de diecisiete días del Templo Hermoso.

Pronto descubrimos que Beth era muy inteligente y muy hábil en manipular a su madre a través de sus rabietas que hacían difícil ayudarla. Al revisar su historia clínica, observamos algo que había sido pasado por alto o a lo que se había dado poca importancia, si es que se había visto. Cuando Beth se cayó, a la edad de dos años, «aterrizó» sobre la tripa. Nuestro conocimiento de la fisiología nos dijo que probablemente su caída le había producido un *shock* en el plexo solar. Eso, a su vez, había generado un desequilibrio en su sistema nervioso autonómico, la parte del sistema nervioso que rige las funciones involuntarias. Este desequilibrio causó una imposibilidad de asimilación y una laxitud de los nervios que produjo el megacolon. No había perdido el apetito, pero no podía utilizar el alimento que ingería.

Era comprensible que Beth fuera exigente. Le dolía ponerse de pie, y cruzar la habitación andando le resultaba imposible del dolor que le causaba. Había aprendido a llamar la atención de su madre —una rabieta lo conseguía enseguida— conque lo hacía a voluntad para conseguir que su madre le hiciera cosas y hasta que la llevara en brazos. Su madre no podía distinguir cuándo Beth sólo la estaba manipulando.

Ayudamos a la madre de Beth a resolver eso, pues no era bueno que Beth «usara» a su madre de ese modo. Nuestro equipo recibió instrucciones sobre cómo responder a las rabietas. Un día, al princi-

pio del programa, Beth quería algo y no se lo daban. Resultado: ¡una rabieta! Se tiró al suelo, boca abajo, dando patadas y gritando, hasta que de pronto le cambió la voz y empezó a llorar.

Su madre sabía que se había hecho daño en un pie al dar patadas, conque corrió hacia ella, la cogió en brazos y la consoló. Mientras estaba en brazos de su madre, tranquilizándose, Beth dijo entre sollozos: «¿Por qué me hago esto?» Pocos adultos habrían hecho esta clase de autoobservación.

Beth empezó una nueva dieta compuesta de verduras y alimentos frescos, pescado y pollo, sopas y buen pan. Empezó a florecer. Se le dieron suplementos de vitaminas y de enzimas, compresas de aceite de ricino sobre el abdomen, unas gotas de aceite de ricino en la lengua al acostarse, masajes en todo el cuerpo y terapia electromagnética. También aprendió algo sobre técnicas de *biofeedback* y ejercicios para hacer con su madre.

Se le enseñaron técnicas de relajación, de visualización y autogénicas, asociadas con el entrenamiento en *biofeedback*. Trabajamos con las imágenes de sus sueños y con muñecos de guiñol. Beth aprendió a liberar la ira.

En el nivel espiritual, Beth progresó desde una actitud egocéntrica a una de ayudar a los demás. Ella se convirtió en el objetivo de nuestras oraciones, de la imposición de manos, de nuestro cariño y de continuos refuerzos positivos. Aprendió a relacionarse con los otros participantes en el programa y con el equipo médico de una forma positiva.

Al final del programa de diecisiete días había engordado kilo y medio, mientras que en los dos años anteriores su peso no había variado en absoluto. Cuando se le preguntó, justo antes de acabar el progarma en septiembre, cuánto tardaría en ponerse bien del todo, ella contestó: «¡Seis semanas!»

Fue una autoprofecía cumplida. En el mes de enero, ella fue uno de los casos que presentamos en nuestro simposio médico anual. Corría por todas partes como cualquier niña sana de cuatro años y medio llena de vida y alegría.

Tres años más tarde recibí la siguiente nota: «Soy el abuelo de la niña de cuatro años que acudió a su clínica en busca de ayuda y usted abrió sus brazos y nos dio la vida. Yo diría que fue un milagro.»

Desde luego no fue un milagro, sino simplemente el reconoci-

miento de que la fisiología del cuerpo había sido dañada de una forma significativa por un golpe y que hay maneras de corregir ese mal funcionamiento.

A la hora de escribir esto, Beth tiene diez años y está realizando el gran potencial que todos en la clínica descubrimos en ella durante su estancia aquí.

«La sabiduría es saber qué hacer después. La habilidad es saber cómo hacerlo. La virtud es ¡hacerlo!» Esta es una antigua máxima, desde luego, pero su anónimo autor debía estar sintonizado con la misma fuente que llevó a Edgar Cayce a decir que había que coger lo que tuviera a mano ¡y empezar!

La historia del éxito de Beth no impresionaría a la ciencia médica, pues tales informes de hechos singulares «reciben condescendientemente el nombre de anécdotas: historias elaboradas por médicos bienintencionados pero científicamente ingenuos», señala el doctor Richard V. Lee. En su trabajo titulado *La tristeza singular de la locura numérica* (The Singular Sadness of Numerical Madness), en *Continuing Education,* septiembre 1983), el doctor. Lee escribe que los números y la estadística han sustituido a

> «la atención cuidadosa al individuo y a lo evidente, antes el sello de los grandes médicos. ¿Cuántos sucesos biológicos importantes e interesantes pasan desapercibidos a académicos con anteojeras que trabajan exclusivamente para coleccionar series de pacientes o de enfermedades en un número suficientemente grande como para publicar?
>
> »La medicina contemporánea comparte con la cultura que la ha creado un descenso ininterrumpido en cuanto a apreciación y respeto por el individuo y lo singular. Una prueba, un paciente, un problema, no puede ni empezar a satisfacer el apetito voraz que médicos estadísticamente significativos tienen por los números interminables y las muchedumbres de pacientes... Para lograr el mejor resultado posible, cada paciente necesita y tiene el derecho de esperar que su médico le dedique toda su atención y esfuerzo. Juzgar al paciente, la enfermedad y el esfuerzo médico sólo por medias y porcentajes rebaja tanto al paciente como al médico y rebaja la importancia de la enfermedad... La esencia de la medicina, como opuesta a la salud pública, a la estadística y a la política, sigue siendo la comunión de un paciente con un médico: un examen intensivo de las quejas y de la biología de una persona hecho por un médico. Por desgracia, esta relación especial de uno a uno corre peligro de convertirse en una mera estadística más.»

Las observaciones del doctor Lee vienen a confirmar que la medicina efectivamente ha perdido su rumbo. ¿Cómo ha ocurrido? Antes, la medicina se enseñaba sólo a través del preceptor. El médico en ejercicio tomaba como ayudante a un joven estudiante que quería aprender a ser médico; esto constituía una parte principal de la educación del joven doctor y las escuelas de medicina no estaban asociadas con las universidades. A principios de este siglo, las universidades empezaron a enseñar a los estudiantes de medicina, y los profesores complementaban sus ingresos haciendo investigación —principalmente para laboratorios farmacéuticos—. El rumbo de la educación médica cambió entonces de estar centrada en el paciente a centrarse en la corrección de una enfermedad.

Es muy difícil hacer un estudio estadístico de doble-ciego con alguien como Beth, o sobre los equilibrios fisiológicos más profundos del organismo que no pueden medirse adecuadamente en su actividad sino sólo por sus efectos sobre el organismo como un todo. Es mucho más fácil estudiar enfermedades, porque uno puede ver que cincuenta casos de dolor de garganta por estreptococo responden mejor a una medicación que a otra.

Cuando los médicos dirigen su esfuerzo hacia el estudio de una enfermedad, el ser humano, que es el que ha creado la enfermedad, se pierde en el proceso. Es como tener que elegir entre dos destinos completamente diferentes. Elegimos una dirección, sabiendo que tenemos por ello que abandonar el otro destino.

Por tanto, a medida que la enfermedad se convierte en el objetivo principal del llamado estudio científico, la relación personal entre el paciente y el médico se acaba olvidando. A medida que las enfermedades se convierten en los dioses de la medicina, el diagnóstico se convierte en la ofrenda a los dioses.

El paciente —el ser humano que entra en la consulta de cualquier médico— es una suma maravillosa y sorprendente de actividades que llamamos funciones fisiológicas. Pero más que eso, mucho más, el paciente es una manifestación de una fuerza vital, de una consciencia que dirige tanto si está uno sano o enfermo, tanto si hay el ácido adecuado en el estómago o hay demasiado, tanto si el corazón late demasiado rápido o al ritmo necesario para la actividad que acomete. Esta fuerza vital es lo que los chinos llaman *chi*. Nosotros, en Occidente, lo reconocemos como la electricidad que fluye por el sistema nervioso y por los otros tejidos del organismo y que lo con-

vierten en un cuerpo vivo. Sin esta fuerza vital, la vida no existiría.

Las tensiones que uno encuentra en la vida crean desorden en el cuerpo físico, alterando el flujo eléctrico normal —mientras que la paz y la risa y el olvidarse a sí mismo en el servicio a los demás crean un flujo más coherente de electricidad que fortalece las fuerzas vitales.

Cada vez más, el enfoque científico de la medicina ha llevado a los médicos a zambullirse en la patología de la enfermedad, alejándoles de los temores, dificultades y situación vital general del paciente concreto, como si éstos no tuvieran nada que ver con el origen o el empeoramiento de una enfermedad. En un estudio realizado en 1977, de 11.053 pacientes en hospitales militares (Veterans Administration Hospitals), un 85 por 100 dijeron que sus médicos eran concienzudos y competentes, pero sólo un 35 por 100 pensaba que sus doctores les escuchaban adecuadamente o que pasaban suficiente tiempo con ellos.

Todos los estudios básicos en el campo médico nos llevan a las enfermedades, que son procesos que implican el modo de vida del paciente, su medio, sus sentimientos y emociones, sus creencias, tensiones y, más significativamente, su sistema inmunológico.

Afortunadamente, hay personas tanto fuera como dentro de la medicina que están colaborando a cambiar este rumbo. Por ejemplo, Joseph A. Califano Jr., ministro de Sanidad con el presidente Carter, escribió en el prefacio del informe de 1979, «Gente Sana: Informe del cirujano general sobre promoción de la salud y prevención de enfermedades»: «No debemos confundirnos en cuanto al significado de este documento. Representa un consenso creciente entre los científicos y la comunidad sanitaria de que la estrategia de salud de nuestro país debe remodelarse dramáticamente para dar énfasis a la prevención de la enfermedad.»

Las palabras de Califano no han transformado enormemente la promoción de la salud, pero deben considerarse un impulso positivo, un indicador del camino que debe seguir la medicina. Sus observaciones no apuntaban directamente a la fisiología del organismo como factor principal en este proceso, pero la inferencia está ahí.

El doctor Herbert Benson, en su informe sobre los efectos precoces de terapias médicas y quirúrgicas en el número de junio de 1979 del *New England Journal of Medicine,* concluyó que una gran parte del alivio sentido que excedía con creces el que se podía espe-

rar de los tratamientos *per se,* se debía al pensamiento positivo, a la relación del paciente con el médico y a la creencia del paciente de que lo que estaba recibiendo era beneficioso para él. Benson señalaba más adelante que hemos desarrollado una fe tan grande en la ciencia que creemos que las medicinas actúan solas. Las medicinas no pueden, desde luego, actuar así. Podemos potenciar cualquier medicina prestando atención a los aspectos básicos de una relación médico-paciente. Esta realza cualquier terapia y a veces constituye una terapia en sí misma.

Lo que se dedujo del estudio, quizá, fue el reconocimiento del valor de la seguridad o fe del paciente. Lo que no se exploró ni sugirió fueron los caminos fisiológicos o los efectos sobre la mente o el poder de la visualización que hacen que la fe del paciente actúe eficazmente sobre el organismo. Los mensajes de Edgar Cayce sugieren que uno puede saber en su mente consciente lo que hace una terapia y luego verlo ocurrir en el cuerpo. También está el efecto de tener una actitud positiva, sobre el sistema inmunológico. Una actitud tal inclina la balanza del equilibrio ácido-alcalino en los tejidos del organismo hacia el lado alcalino, que a su vez permite funcionar mejor a los linfocitos y a los vasos linfáticos y su contenido. Tal vez, este efecto esté generado por una glándula suprarrenal más sana que se ve realzada por la risa o por una actitud más alegre.

Durante décadas, los médicos han creído que la enfermedad o los síntomas podían tratarse con medicación o cirugía, sin reconocer que la fisiología del organismo, las emociones, la mente consciente e inconsciente y la naturaleza espiritual del ser humano estaban profundamente ligadas al proceso. Esta idea tiene que cambiarse para que los que ofrecen ayuda a los enfermos comprendan al fin la naturaleza del organismo humano.

La profesión médica tiene que encarar finalmente su objetivo y las verdades que subyacen en él. Como médicos, se nos ha dado la responsabilidad de velar por la salud y el bienestar de los enfermos. Más importante, debemos conocer al ser humano lo suficiente como para evitar que le sobrevengan enfermedades en la medida de lo posible. Detrás de ese objetivo está el deseo de ser útil, de dar algo valioso a la humanidad. El deseo y el objetivo se entrelazan en la vida diaria e influyen tanto sobre los médicos como sobre los estudiantes de medicina.

Cayce vio la necesidad básica de todo ser humano de ser útil a

los demás. Su idea de tratar a la persona entera significaba el reconocimiento de que somos cuerpo, mente y espíritu. Si se descuida cualquiera de estas partes de la trinidad, ni el tratamiento ni el entendimiento será completo. Somos esencialmente seres espirituales con mentes y cuerpos creativos modelados de acuerdo con ese espíritu en acción.

La esencia de la filosofía de Cayce ha sido expresada por otros, tales como Félix Marti-Ibáñez, probablemente el autor médico más respetado de su época. La admiración que despertaba se debía a que decía o escribía lo que todos los médicos en el fondo de su corazón querían oír y, sin embargo, eran incapaces de llevar realmente a la práctica. En cualquier caso, tenía muchas cosas valiosas que decir. En un ensayo para la *M. D. Magazine* de noviembre de 1960, trató de lo que todos los médicos deben honrar en su mente, en sus actos y en sus enseñanzas:

> «Cada día más, la medicina se convierte, sobre todo, en la prevención de la enfermedad y en la promoción de la salud. Pues sólo conociendo al hombre sano podemos curarle cuando enferma. El conocimiento del hombre sano se obtiene de observar a nuestros semejantes, tanto los sanos como los enfermos, no sólo en el espejo de la literatura médica clásica y moderna, sino también en los periódicos actuales.
>
> »... El médico, en su triple capacidad de profesional, miembro de la sociedad y ser humano, a lo largo de la historia ha ayudado al hombre en su ascenso físico, mental y social. Concretamente, como profesional, el médico siempre ha actuado como un sanador, usando tanto la magia como la fe, el empirismo o recursos racionales; como conocedor, pues conoce los secretos de la naturaleza y del ser humano; como preventor, porque puede detener la enfermedad anticipándose a sus incursiones antes de que se desarrollen; y como organizador, pues puede guiar a la sociedad en su lucha contra el proceso histórico-social llamado enfermedad. Curar, conocer, prevenir, organizar —estos serán vuestros futuros campos de actividad profesional, englobados todos por la expresión de "ser médico".
>
> »Ser médico, entonces, significa mucho más que repartir píldoras o remendar o arreglar carne rota y mentes destrozadas. Ser médico es ser un intermediario entre el hombre y Dios.»

Oír a Marti-Ibáñez es una cosa; practicarlo es otra. Si la profesión médica ha de cambiar, no será seguramente desde dentro. La

mayoría de los médicos están demasiado ocupados con sus propias obligaciones como para dedicar tiempo a darse cuenta de qué tienen que cambiar y hacerlo. Las facultades de medicina han creado formas mentales tan fuertes que los profesores adoptan en su mayoría las formas de pensamiento y siguen enseñando como lo hacían sus predecesores. Y hay poco sitio en el currículo de una carrera de medicina para la idea de un Ser Supremo.

El cambio puede ocurrir más simplemente de lo que se podría imaginar. Sólo haría falta que los pacientes reclamaran formar parte de la experiencia de curación, exigiendo que sus médicos les reconozcan como cuerpo, mente y espíritu, pidiendo que todos los médicos se den cuenta de que toda curación proviene en realidad de dentro, que el tratamiento desde fuera sólo puede ayudar a lograr esa sintonización que permite a las células y a los órganos reconocer su divinidad y volver a su estado normal, reclamando que los médicos reconozcan que la salud es la meta que el cuerpo está intentando siempre alcanzar y que se le puede ayudar creativamente a lograr ese objetivo.

Cuanto más reales sean estas exigencias, más cambiarán los médicos. De no ocurrir de este modo, es probable que el cambio sea muy, muy lento.

2

LA SALUD Y LA ENFERMEDAD. EL ENFOQUE DE CAYCE

¿Te has preguntado alguna vez qué clase de criatura eres? Durante toda mi vida, a lo largo de mis estudios en la universidad y en mi iglesia, me he preguntado cuál era mi verdadera naturaleza. Veo que puedo pensar, puedo imaginar, puedo hablar, puedo reír y llorar. Los animales que me rodean no pueden hacer estas cosas, pero según me dicen, Dios les hizo a ellos también. ¿Por qué tenemos nosotros entonces estas capacidades? ¿Por qué nosotros, por encima de todas las criaturas de Dios, estamos dotados para crear música, escultura, historias y poesía?

Al terminar mi formación médica y comenzar mi ejercicio profesional, no había encontrado aún respuestas satisfactorias. Pero más tarde, al estudiar los mensajes de Cayce, me encontré con información que parecía desarrollar lo que yo había podido captar de la Biblia —mi fuente principal para comprender la naturaleza de Dios:

> «Al comienzo, cuando era la creación o la llamada a las entidades individuales a ser, fuimos hechos para acompañar al Padre-Dios.» (N.° 1567-2.)

La naturaleza exquisita de la odisea humana, a medida que nos preparamos para convertirnos en compañeros de Dios, se revela bastante poéticamente en este mensaje:

> «Sabe que la vida es un río o un arroyo que es constante, y cada apariencia es como una poza que puede refrescar, en la que otros pueden refrescarse, o estancarse, y no llegar muy lejos en su desarrollo en la estancia material o terrena; o puede aplicar las verdades del espíritu —como una onda, como el rugir de la catarata, como una

parte de tu consciencia física en cada experiencia—. Usa el poder generado así —no para la autocomplacencia, sino para embellecer, para hacer del mundo un sitio mejor por haber vivido tú en él—. Sólo puedes hacer eso hora a hora, momento a momento, por la manera en que vivas.» (N.° 5392-1.)

¿Es de extrañar que Dios proveyera el milagroso proceso de curación de esta maravillosa creación? Para comprender el proceso de curación, tenemos que vernos como una entidad de cuerpo-mente-espíritu. Hay una unicidad que engloba a las tres. Hay una energía que conecta a las tres —la fuerza de la vida—. Pero, más que eso, debemos vernos como un arroyo constante de consciencia, una creación que está en continuo cambio incluso ahora cuando pensamos en ella, un ser conformado por experiencias, tanto constructiva como destructivamente, en esta vida y en muchas vidas pasadas.

La curación tiene que verse como un proceso de sintonizarnos a nosotros mismos, nuestras energías, con nuestra verdadera naturaleza, la de ser compañeros, cocreadores con el Padre-Dios. Menos que eso sería inadecuado. La sintonización ocurre de muchas formas, tocando el cuerpo físico, el mental y el espiritual.

Para adquirir perspectiva desde el punto de vista de Cayce, es bueno ir directamente a esa fuente y ver qué quiere decir cuando nos identifica como seres físicos, mentales y espirituales necesitados de curación. El siguiente fragmento es largo pero importante:

«... el cuerpo encuentra ser en un mundo material; con un cuerpo físico sujeto a todas las leyes y reglamentos, no sólo de los deseos y necesidades materiales, sino de todo lo que ha sido creado por la actitud del cuerpo hacia cosas, condiciones, circunstancias de una naturaleza espiritual y mental *y* material...

»Entonces, en el ser físico, hallamos esas condiciones que son de naturaleza material que están sujetas a las influencias puramente materiales, permitiendo la creación de venenos por todo el sistema, a través de la mala asimilación, la mala eliminación...

»Así, cuando la mente construye con odios, disgustos, rencores, egoísmos, cosas sucias y oscuras y sórdidas que forman parte de cada experiencia —en vez de con la luz del sol de la felicidad, alegría, esperanza, paciencia, amor fraternal—; ella, la mente, también se ensucia y queda sujeta a aquellas cosas a las que se esclaviza...

»Entonces, por el hecho de que se puedan usar aquellos atributos físicos que constituyen una influencia benéfica para liberar al cuerpo

de las perturbaciones físicas, no consideres que éstos desaparecerán sin el velo de la espiritualidad o de la ciencia mental o de la limpieza mental.

Pues, ¿cómo limpia uno su mente? Por el vaciamiento, el olvidar, apartando aquellas cosas que obstruyen, y *llenándose* de agua pura y fresca que es de la vida eterna, que es de la bondad eterna, que se halla en Aquel que *es* la luz, el camino, la viña, el pan de la vida y el agua de la vida. Estas cosas son las influencias que purifican.

Entonces, el elemento motivador puede estar dentro de los atributos de la misma naturaleza, ya sea a través de aplicaciones mecánicas o propiedades medicinales o hierbas. ¿De *quién* son las hierbas? ¿De quién es la fuerza o el poder que se usa? ¡Son *Uno*!

Entonces, ¿en dónde trabaja la mente? ¡En el uso de lo que tienes a mano! ¿Qué necesidad hay de un cuerpo mejor salvo para servir mejor a tus hermanos? Pues aquel que es el mayor entre vosotros, es el siervo de todos. Esto no sólo se refiere a los que enseñan, a los pastores espirituales, a los que sirven a ésta, aquella u otra influencia, sino a cada alma —y ¡a cada fase de la actividad del alma en un mundo material!» (N.° 1620-1.)

La curación debe considerarse, pues, como una combinación de la limpieza del cuerpo, la purificación de la mente y una sintonización con las fuerzas creativas del universo. No es sólo ponerse una inyección de penicilina o alinearse la columna o darse masajes o recibir la imposición de manos o realizar una experiencia de visualización. La curación, la mayoría de las veces, no estriba en aplicar sólo una forma de tratamiento, es una experiencia del arroyo continuo de la vida que Cayce equiparaba a una poza en el río que puede refrescar o ser un medio para aplicar las verdades del espíritu.

Hace unos años mantuvimos comunicación telefónica con una joven pareja cuyo hijo había desarrollado apnea, períodos de tiempo en los que dejaba de respirar, asustando a todos los que observaban el episodio. Desde luego, los padres estaban asustados, pues una y otra vez tenían que llamar a la ambulancia para llevar al niño a urgencias.

Se les dijo a los padres que le hablaran al niño como a un igual, especialmente al acostarle, y que le dijeran que le querían y que querían que se quedara con ellos. En la clínica, la enfermera con la que contactaron les recomendó que rezaran mucho y que le frotaran la columna con aceite de cacahuete. Los padres siguieron las instrucciones con diligencia, llamando a menudo para recibir aliento, y

el número de los episodios bajó de dos a cuatro veces al día a tres o cuatro a la semana. Esta mejoría ocurrió en sólo dos semanas.

Cuando el niño tenía seis meses, los episodios ocurrían ya sólo una vez por semana o aún con menos frecuencia. Antes de cumplir un año, habían acabado. El niño, sus padres —los tres—, han vivido una experiencia capital en sus vidas. ¿Qué aprendieron? Que hay formas de trabajar con un cuerpo físico y con su fisiología para devolverle la salud, incluso cuando no existe una buena terapia para una enfermedad.

Hace muchos años, Edgar Cayce dio un mensaje a otra pareja que buscaba la curación, la una por la imposición de las manos y el otro por el uso «de las energías mismas de la naturaleza». Recibieron orientación en un mensaje:

> «Unificándolos, pues, que cada uno en su propia forma y con su propio método aplique lo mismo; pero sabiendo en lo profundo del ser que la *fuente* de poder, la *fuente* de fuerza, la *fuente* de gracia, la *fuente* de misericordia, la *fuente* de vida, la *fuente* de salud, brota sólo del Dios *vivo*.» (N.º 688-4.)

Su mensaje me recordó a esa madre y a ese padre que usaban no sólo masaje, que es en cierto modo la imposición de las manos, sino también aceite de cacahuete, que es «energía de la naturaleza misma». Y nos da pistas adicionales para conocer el proceso y el origen de lo que llamamos curación.

En la facultad de medicina estudiamos anatomía, fisiología y bioquímica para ayudarnos a comprender el cuerpo para poder tratarlo más adecuadamente. Aprendemos acerca de las estructuras que componen todo el cuerpo físico, la forma en que funcionan los órganos y sistemas internos y las reacciones químicas que se dan continuamente mientras el cuerpo sigue vivo.

También estudiamos patología, una asignatura que resulta de las más difíciles para la mayoría de los alumnos. La patología nos muestra cómo son los tejidos cuando están enfermos, no cuando están sanos. En los tejidos muertos que se han preservado para poder ser observados por el microscopio es difícil captar lo que hace que la vida exista. La patología es, desde luego, más que sólo eso, pero la dirección en la que apunta esa ciencia concreta no es determinar lo que es la salud, sino más bien, cómo diagnosticar una enfermedad por lo que le ha ocurrido al tejido.

Si miramos al ser humano desde el punto de vista de las ideas de los mensajes de Cayce, encuentro paralelismos con lo que estudié en la facultad. La anatomía, por ejemplo, es casi igual, salvo que Cayce añade algo: «Somos, en primer lugar y principalmente, un ser de energía creado a imagen de ese Poder Creativo al que llamamos Dios. Dios es lo que llamamos Espíritu. Dios es también amor, lo cual complica mucho el asunto, pues significa que el espíritu, que es la vida misma dentro de nuestro ser, es también amor. Este poder, entonces, o bien está escondido en lo hondo de nosotros mismos o se manifiesta en nuestras relaciones con los demás. Nuestro cuerpo físico —esa realidad de tres dimensiones a la que llamamos física— está realmente compuesto de átomos que se apiñan, por así decirlo, para formar moléculas y otras estructuras bioquímicas, estructurales, luego células, órganos, sistemas, y lo que haga falta para completar el patrón de energía que es nuestra propia realidad. Esta es la realidad que manifiestan nuestros cuerpos a través de las numerosas encarnaciones que experimentamos en el plano terrestre.»

Esto es verdad también respecto a la naturaleza, pues la tierra y todo lo que contiene está compuesto también de átomos. Tenemos un pino *Catalina* en nuestro jardín. Medía como un metro cuando lo plantamos. Por desgracia, el tronco se quebró en un accidente poco después de plantarlo. Vimos que el árbol seguía con vida, así que lo observamos. Las ramas crecían preciosas, formando un círculo alrededor de la base del tronco partido, así que lo dejamos estar. En los tres años siguientes, una de las ramas asumió la tarea de hacer frente a la necesidad de *crecer* de todo el árbol, y cambió. Poco a poco, la punta de la rama se curvó hacia el centro del árbol donde había estado el tronco y creció más en diámetro que las otras ramas. Hasta echó nuevos tallos por su recién creada rama-tronco. Se hizo cargo de la función del tronco que había sido destruido para que el patrón de energía del árbol mismo pudiera cumplirse. Ahora, con el nuevo tronco en el centro del árbol, mide más de metro y medio y la curva casi se ha alineado.

Vemos resultados similares en el ser humano, donde una parte se ha destruido o dañado y se da una regeneración para cumplir el destino del cuerpo energético del ser humano —más sobre esto en los capítulos siguientes.

Consideremos la fisiología. En medicina, esta disciplina asume que el funcionamiento fisiológico es en su mayoría básicamente bio-

químico. Hasta los impulsos neurológicos se realizan por medios bioquímicos. Está surgiendo ahora un concepto nuevo, más racional, en la investigación médica. Está, inconscientemente, en línea con las ideas que Edgar Cayce verbalizó en la primera mitad de este siglo, y esas ideas llevan circulando mucho más tiempo.

Cayce indicó que cada célula, cada órgano, cada sistema y cada átomo del cuerpo humano tiene consciencia. La idea de que un átomo pueda tener consciencia es difícil de comprender y de aceptar. Desde luego, una vez que se acepta por fe o se demuestra por la investigación, tiene que reconocerse que la célula, los sistemas de órganos, y por tanto todo el cuerpo tiene la misma naturaleza fisiológica.

En la investigación médica, parece que en los laboratorios se está trabajando con la consciencia aunque no se le dé ese nombre. Aparece en el estudio de virus y bacterias. El escritor médico Julian DeVries, que escribe sobre el crecimiento y la actividad de virus y bacterias en *Arizona Republic* (29 de marzo de 1976), dijo que estos

> «componentes bioquímicos microscópicos... están en guerra constante entre sí y con su medio externo e interno. Como los humanos de los que forman parte integral, crean y rompen alianzas unos con otros. Algunos, siguiendo las líneas de la intriga internacional, actúan de espía doble, informan los científicos. En esta batalla sin fin se dan constantemente cambios evolutivos que permiten a los contrincantes microscópicos o bien jugar un papel más eficaz o convertirse en esclavos de facciones más dominantes o incluso ser absorbidos y convertirse en parte de ellos.»

Igualito que los humanos, ¿no? O bien avanzan hacia arriba por la escala de la consciencia y del crecimiento hacia su destino, o hacia abajo, hacia la disolución y la pérdida de identidad.

Quizá el problema de la medicina radique en la solución que se busca. En vez de trabajar con la consciencia, la investigación médica busca medios farmacológicos para frenar, evitar o invertir acontecimientos biológicos en los que intervienen bacterias o virus. ¿No es eso lo que hacemos en los asuntos humanos? En vez de fomentar la consciencia de que los humanos debemos hacernos uno con la Fuerza Creativa que nos dio el ser, conquistamos países para evitar que lleven la clase de vida que elijan llevar, matamos para traer la paz y evitamos que siga la destrucción creando instrumentos de destrucción masiva.

La nueva consciencia que está despertando en el campo del estudio básico del ser humano altera la vieja base bioquímica de la actividad fisiológica del organismo. El pensamiento y los impulsos eléctricos o campos electromagnéticos inducen acción, usando los mecanismos bioquímicos del organismo para hacerlo posible —así, la energía es antes, igual que la vida es antes—. Y del mismo modo que en el cuerpo humano y en su formación, la función es lo primero y la estructura viene después.

En los mensajes de Cayce, la fisiología es un proceso que debe coordinarse para que el cuerpo disfrute de buena salud. Se parece a un grupo que trabaja en una fábrica. Deben trabajar juntos para lograr los mejores resultados. Si un obrero está enfermo o se dedica a vaguear, el resultado es una actividad descoordinada que tarde o temprano causará problemas.

En el cuerpo es muy parecido. El hígado debe coordinar sus actividades correctamente con los riñones o habrá una mala eliminación y el cuerpo se sentirá a disgusto * y enfermo. En uno de sus mensajes, Cayce enumeró siete descoordinaciones distintas en el cuerpo de una persona a la que estaba dando un mensaje.

Si, por ejemplo, tras una lesión en la espalda baja, el plexo parasimpático sacro (un grupo de nervios en el interior de la pelvis) emite mensajes de error por su parte del sistema nervioso autonómico y la próstata empieza a funcionar mal y desarrolla lo que llamamos hipertrofia prostática (un aumento de la próstata), se dan ciertas consecuencias. Los nervios provenientes de la próstata mandan sus señales de peligro al sistema autonómico, el sistema nervioso cerebroespinal interviene también (o al menos en cierta medida) y pueden surgir síntomas secundarios directamente de la próstata defectuosa. Tal vez se daría una reacción supraabdominal que crearía un exceso de ácido en el estómago.

Esto se denominaría hiperacidez de estómago o, de progresar más, úlcera. Todo porque el plexo sacro parasimpático emitió mensajes equivocados. Es interesante lo complicados que nos podemos volver al crear nuestras propias enfermedades, ¿verdad?

Se podrían citar numerosos ejemplos más, pero lo importante es reconocer que cada órgano, cada sistema del cuerpo debe funcionar

---

* Juego de palabras en inglés: «... the body becomes ill at ease and experiences dis-ease.» (*N. del T.*)

de una forma cooperativa con los demás órganos y sistemas para lograr un estado de buena salud. Esta es la fisiología del material de Cayce. Y conseguir volver a la función normal, coordinada, es restaurar la salud, buena y abundante.

Hace poco estaba yo visitando a un amigo cuyo hijo estaba teniendo verdaderos problemas con las alergias que le dificultaban la respiración. Había tomado una medicina la noche anterior, pero no le había ido bien. No había ido ese día al colegio y, entretanto, le había dado fiebre.

Resultó que yo sabía que la alimentación de Joe no era buena y que a veces había mucha tensión en el hogar. Su alimentación, así como el estrés de la tensión emocional, crearon un exceso de acidez en su organismo con síntomas de dolor de garganta, alergia, fiebre, etcétera. Le sugerí a su madre que le diera mucha agua, zumos y, si le apetecía, un caldito caliente. Para tranquilizar su organismo, le sugerí que le aplicara una compresa de aceite de ricino en la tripa y otra alrededor del cuello para el dolor de garganta. Le sugerí que tomara una Alka Seltzer * en agua cada ocho horas y que siguiera con las vitaminas que estaba tomando.

A la mañana siguiente, Joe estaba bien, se levantó con apetito y se fue al colegio como si nunca hubiera estado malo. Se había corregido el estado de hiperacidez de sus tejidos. Parece ser que, con el aumento de la acidez, el sistema inmunológico se había visto temporalmente deprimido. Después de corregirlo, el cuerpo mismo se encargó de eliminar las bacterias que habían invadido la garganta.

Un aumento de la acidez en los tejidos es un nivel etiológico (causal). Sin embargo, no aborda las causas subyacentes sobre las que tengo escasa información en el caso de Joe. Pero muestra lo que a menudo predispone un organismo a la enfermedad y cómo restaurar, en muchos casos, un estado de salud o, al menos, la homeostasis (equilibrio interno). Cualquier sistema, especialmente el sistema fisiológico de los animales superiores, tiende a mantener una estabilidad interna, coordinando la respuesta de sus partes a cualquier estimulación que perturbe su condición o función normal.

Al tratar de entender cómo creamos la buena salud o la enfer-

---

* Conocida medicación efervescente norteamericana contra la acidez de estómago. (*N. del T.*)

medad, y teniendo en cuenta mi creencia de que Dios creó a cada ser humano de este planeta y de que lo hizo con amor y de que es amor, poco a poco desarrollé un concepto que me sirve para explicar satisfactoriamente la mayoría de los estados de salud o de carencia de ella en el ser humano. Más adelante, en este capítulo y en los siguientes, exploraremos los pasos que llevan en última instancia a la salud o a la enfermedad. Pero por ahora nos preguntamos ¿por qué?

¿Por qué pasó Joe del estado de salud al de malestar *(dis-ease)* y al de enfermedad? La enfermedad era una faringitis infecciosa, un síndrome alérgico. Se le podría llamar así. Considerándolo desde el punto de vista funcional, se puede entender que el sistema inmunológico (el timo y el sistema linfático) y la parte superior del tracto respiratorio se hicieron ambos funcionalmente deficientes. Probablemente, las funciones de asimilación y eliminación de Joe no estaban funcionando correctamente, debido en parte probablemente a su alimentación, que es parte de su medio externo.

Podía ser sencillamente su forma de vida —su costumbre, quizá, de acostarse demasiado tarde y no dormir bastante, un programa de ejercicio que no inducía la salud y una alimentación con demasiadas féculas, azúcar, cola, caramelos y postres y que era por su naturaleza demasiado reactiva al ácido (creando un pH más bajo en la sangre y/o los tejidos orgánicos)—. Por otro lado, su herencia podía haber influido sobre su tracto respiratorio o su sistema inmunológico en el sentido de una mayor sensibilidad a los alimentos y al mundo exterior. O podrían ser influencias de las emociones y las actitudes acumuladas en vidas pasadas y que ahora forman parte de su inconsciente, afectando a las glándulas endocrinas y a las hormonas y los impulsos neurológicos que surgen de ellas. Un desequilibrio, por ejemplo, en los siete centros espirituales y en sus estructuras glandulares asociadas desencadenaría una alteración en aquellas funciones de vida y en los sistemas y órganos que la apoyan.

También podrían ser la causa los trastornos en su hogar a los que no estaba preparado para enfrentarse emocionalmente, o podría haber estado rebelándose contra algo que le amenazaba en ese momento.

Todo esto nos devuelve al hecho real de que cada persona está en un plano tridimensional —la tierra— con una mente consciente que tiene el poder de elegir en cada momento cómo actuar, cómo creer, cómo responder emocionalmente y cómo cambiar o aferrarse

a las propias actitudes. Joe eligió usar mis sugerencias para avanzar hacia la salud.

El haber sido creados a imagen de Dios significa que somos realmente almas en la tierra, en un cuerpo de energía que hemos tenido desde el principio. Significa también que se nos han concedido las habilidades que posee Dios para que podamos ser co-creadores con El. ¡Un reto inmenso! Como almas, somos mente (que es lo que construye), espíritu (que es la vida) y voluntad (que nos da el poder de elegir). La elección es la verdadera clave del cambio, y el cambio que ocurre cuando uno pasa de la enfermedad a la salud está impulsado por el espíritu de vida que fluye por cada uno de nosotros y que está dirigido por la mente que elige ir en una dirección determinada.

Lo que hace falta después es actuar. Por eso, Cayce dijo muchas veces que es mejor hacer algo «mal» que no hacer nada en absoluto. En cierto modo, no importa si estamos yendo hacia delante o hacia detrás —¡lo importante es movernos!— Creo que esto implicaría que la acción, tarde o temprano, nos llevaría en la dirección correcta, aunque insistamos en ir en la dirección opuesta hasta que no tengamos ya más sitio adonde ir más que hacia arriba. La acción, pues, mientras estamos en la tierra, nos lleva con el tiempo al entendimiento y al progreso espiritual. Elegir ir en la dirección correcta es ejercitar ese poder y acercarnos a nuestro destino final.

Hemos usado nuestra capacidad de elegir para crear patrones emocionales (hábitos) en encarnaciones pasadas o estancias en la tierra. Y estos, a su vez, han pasado a formar parte de nuestra mente inconsciente, probablemente encerrados en aquellos siete centros espirituales, pero siempre disponibles como una reacción emocional a la situación de vida que nos encontremos esta vez. Si ponemos atención, podemos ver esa respuesta y ver lo que hemos construido. Y también, si observamos con atención, podemos construir nuevos patrones de hábitos de respuesta en el presente, alterando así el contenido del inconsciente, así como aquellos patrones que están encerrados en los centros espirituales.

La mente consciente es el actor, la mente inconsciente el reactor. Tenemos ahora mismo en nuestra mente consciente el poder de cambiar lo que queramos, pero tenemos que trabajar con los patrones ocultos de respuesta mientras estamos activos en este plano terrenal haciendo cosas constructivas y no destructivas. Es como usar

el libre albedrío para plantar diamantes en nuestro jardín para recuperarlos más tarde.

Sólo a medida que construyamos en la mente inconsciente esos patrones positivos emocionales, actitudinales y de creencias, nuestra dirección actual, nuestras elecciones y acciones conscientes llegarán a estar menos en conflicto con nuestras «tendencias», aquellas influencias que hemos grabado en nuestro inconsciente a lo largo de las numerosas estancias en la tierra. Poco a poco, estas tendencias van estando menos presentes y evidentes a medida que van siendo sustituidas por un nuevo programa.

Todas estas actividades, elecciones, estancias, influencias, etc., juegan un papel para crear en estos maravillosos organismos nuestros un estado de salud, malestar *(dis-ease)* o enfermedad. Y siempre es un proceso.

El proceso, desde luego, está conformado en parte por lo que podemos llamar influencias astrales. Estas tienen que ver con las experiencias que uno tiene entre unas y otras encarnaciones, la enseñanza, las actividades mentales que suceden en lo que llamamos el medio espiritual o plano astral. En los mensajes de Cayce, se da a entender que entramos en una nueva encarnación desde uno de los planetas de este sistema solar, después de recibir la clase de enseñanzas mentales que se desarrollan allí. Esto quizá sea difícil de entender, pero Cayce sugiere que nuestro signo astrológico está ligado a esta clase de actividad. Las necesidades de nuestro nivel de alma pueden satisfacerse en esta clase de medio «universitario», y sospecho que hay poderes superiores que dan forma a la clase de enseñanza con la que podemos encontrarnos a ese nivel del plano astral. Cayce dijo que sí elegimos la familia en la que nacemos; esa es una elección que se hace antes de nacer. Hay ciertas fuerzas y debilidades en esa línea genética que necesitamos manifestar y ciertas experiencias de vidas pasadas con las que necesitamos entrar en contacto que se hallarán en las personas que serán nuestros padres. Hay amigos a quienes reencontrar en las experiencias vitales que elegimos al elegir nuestra herencia, y quizá también enemigos, así que la herencia tiene más que ver con la elección de lo que creemos.

El medio externo puede estar compuesto de la polución en la que vivimos actualmente, de las influencias eléctricas y/o electromagnéticas que nos rodean, de la casa en la que vivimos, del clima que se convierte en parte de nuestra experiencia vital, de las situa-

ciones emocionales que nos rodean y quizá de muchos otros factores que pueden alterar nuestra salud y de hecho la alteran. Pero sí elegimos a nuestro cónyuge, dónde hemos de vivir y los amigos que se convertirán en parte de nuestra vida. Por tanto, podemos echar la culpa a los factores externos como causantes de una enfermedad, pero somos nosotros los que hemos elegido meternos en esos ambientes.

Lo mismo podemos decir de nuestra forma de vida. Esto está más aceptado, como algo que se puede cambiar, como algo que está bajo el control de nuestras decisiones. Sí elegimos directamente lo que comemos (aunque la mayoría de las veces nuestro cuerpo se impone a nuestra voluntad). Hacemos o no ejercicio, según lo que hayamos elegido, y descansamos o no lo suficiente, logramos un equilibrio en nuestra vida a través del descanso, el recreo, el trabajo y las costumbres, según lo que hayamos elegido hacer. Todas estas cosas pueden cambiarse activando el regalo del Creador que llamamos voluntad o libre albedrío.

De la misma forma, el equilibrio de las interacciones de los siete centros espirituales ocurre al menos en parte por medio de las decisiones que hemos tomado y la acción que hemos llevado a cabo. Las emociones y actitudes se albergan en estos centros de energía, y la energía total que sale de estas áreas es en cierto modo una influencia única coordinada que tiene mucho que ver con lo que entendemos como una personalidad o una individualidad. Viendo la manera en que todos estos centros se relacionan unos con otros, se vuelve más comprensible por qué reaccionamos emocionalmente de una forma que dice: «Así es justo como soy.» De hecho, nos afecta a cada uno de esa forma. Y parece ser verdad.

Esta puede ser la razón por la que necesitamos un baremo en el que medirnos para poder saber si «nuestra forma de ser» da la talla de lo que, en nuestros mejores momentos, queremos realmente ser. Llamamos a este baremo un ideal. Se reconoce mejor si aceptamos primero que somos realmente seres espirituales y luego procurando entender lo mejor posible cómo es Dios. Pues fuimos creados «a su imagen y semejanza» (*Gen.* 1:27). A Dios se le comprende mejor como amor: «Aquel que no ama no conoce a Dios, pues Dios es amor» (1 Juan 4:8).

Así pues, esto nos da una clave en cuanto al baremo o ideal para cada uno de nosotros. Podemos entender como nuestro ideal, en-

tonces, lo que en la Biblia se entienda como definición de amor. Para mí, los frutos del espíritu que Pablo describía en la carta a los Gálatas (capítulo 5) significaban la forma en que podemos manifestar la naturaleza de Dios y, por tanto, avanzar en una dirección que nos lleva hacia nuestra meta final: la unión con Dios.

Hay una influencia significativa que aún no hemos comentado: el efecto de la ayuda de Dios en nuestra toma de decisiones. Puede sentirse a cualquier nivel, pero sus decisiones no irían en contra de las nuestras o no tendríamos realmente libre albedrío. Y ese regalo se nos dio cuando fuimos creados.

Todas estas influencias afectan y crean una especie de homeostasis de sus interacciones. A su vez, ocasionan en nuestro cuerpo lo que llamaríamos salud, o un estado de malestar o incomodidad o desequilibrio que, si continúa lo suficiente, crea enfermedad.

Para tratar adecuadamente a la persona en su totalidad, es evidente que primero hay que entender la naturaleza del ser humano, hay que reconocer la realidad de las experiencias de vidas pasadas, hay que reconocer agradecidos el poder que yace inherente al marco humano y hay que buscar el adecuado equilibrio, coordinación y funcionamiento de los sistemas y órganos del cuerpo humano en los que se apoya la vida. El faro que nos guíe ha de ser el hecho de que la enfermedad en el marco humano es siempre un proceso que puede invertirse.

3

MILAGROS DE LAS ENERGIAS DEL CUERPO

Durante mi estancia en el Primer Congreso Internacional de Medicina Energética celebrado en Madrás, India, en 1987, me di cuenta de que la medicina energética, al menos en su aspecto teórico, se había hecho mayor de edad. El congreso había reunido a científicos y médicos de Oriente y Occidente: de China, de la Unión Soviética, de Europa y de los Estados Unidos —todos con una cosa en común: una fe apasionada en el potencial de curación de las misteriosas fuerzas eléctricas que se hallan en cada ser humano—. La mayoría de los asistentes están investigando el papel que juega la energía en la curación. Los doctores Sarada Subrahmanyam y T. M. Srinivasan, fundadores del Instituto de Magnetobiología de Madrás que organizó el congreso, llamaron a la medicina energética «la ciencia del futuro». En lo único que discrepo de ellos es en el convencimiento de que la medicina energética no puede esperar al futuro. Es un concepto médico para ahora mismo.

Cuando inauguramos el departamento de medicina energética en la Clínica A. R. E. en 1984, parecía un paso pionero, pues pocos conocían esta línea de curación. Pero la idea ha llamado la atención de mucha gente en los últimos años, unos años en los que todos hemos estado buscando mejores respuestas a los problemas de salud que se ciernen sobre la especie humana.

¿Qué es la medicina energética? Paul Rosch, M. D., en un artículo publicado en *Medical Tribune* (25 de marzo de 1987), decía que era trabajar con un universo hasta entonces desconocido e incomprendido de actividad eléctrica en el cuerpo humano: «Esencialmente, esto consiste en el equivalente biológico de las corrientes

eléctricas que se encienden y apagan por efecto de heridas, infecciones, malignidades y algunas actividades normales.»

Como los médicos no se habían dado cuenta de esta corriente eléctrica, no podían saber que un organismo sano necesita que esta forma de energía se mueva libremente. Puede que no estemos más avanzados en saber cómo funciona que los médicos de hace unas cuantas generaciones que usaban sanguijuelas porque creían que los enfermos sufrían de «mala sangre». En cualquier caso, aún tenemos mucho que aprender sobre su funcionamiento. Según el doctor Rosch: «Parece que las energías eléctricas de bajo nivel son conducidas por los vasos sanguíneos y a través de las paredes capilares, haciendo que las células blancas y los compuestos metabólicos migren hacia dentro y hacia fuera de los tejidos circundantes. Tales actividades pueden ser tan importantes para el mantenimiento de la homeostasis como la circulación sanguínea misma.»

Aunque esto parece una idea revolucionaria, algunos médicos empezaron a trabajar con terapias eléctricas ya a principios de siglo. En 1905, Clarence Edward Skinner, M. D., escribió en *Therapeutics of Dry Hot Air* (Nueva York, A. L. Chatterton, 1902), acerca de «las llamadas fuerzas "fisiológicas": el calor, el frío, la electricidad, las diversas formas de energía radiante, etc.», definiéndolas como «fuerzas nuevas» en el mundo terapeútico que creía destinadas «a revolucionar los métodos actuales de tratar muchos procesos de enfermedad». El doctor Skinner tenía razón, sólo que ha tardado más de lo que él predijo. La profesión médica tendió a ignorar esas «nuevas fuerzas» a cambio de alterar la química del cuerpo para combatir la enfermedad. Por ello, a la mayoría de los médicos de nuestra época les han enseñado a combatir la enfermedad con un conjunto de sustancias químicas en forma de cápsulas fáciles de tomar.

Desde luego, los colegas en el campo quiropráctico discrepaban. Llevaban años diciéndonos que los circuitos eléctricos del cuerpo eran fundamentales para nuestro estado de salud. Cuando manipulan la columna para asegurar que cada vértebra esté correctamente alineada, uno de sus propósitos es asegurarse de que quedan libres todos los circuitos eléctricos a todos los órganos, desde el cerebro a lo largo de toda la espina dorsal. Una vértebra mal alineada puede ocasionar mucho más que un dolor de espalda; puede bloquear el flujo de energía a uno o más de los órganos vitales que precisan que

funcione eficazmente. Los pacientes en nuestro programa en la clínica se someten regularmente a un examen quiropráctico. Los ajustes de la columna son una forma de medicina energética.

Pero para la profesión médica, las drogas se convirtieron en la solución preferida. Los pacientes llegaron a creer que la medicación «correcta» tenía que curarles. El hecho es que, evidentemente, lo único que pueden lograr las diversas drogas es cambiar la química del organismo, destruir o neutralizar ciertas bacterias o virus y forzar diversas funciones fisiológicas. El médico que receta estas drogas espera que el cambio ayudará al organismo a superar el problema —a curarse a sí mismo—. Y esto puede traer la curación, si se da un cambio de consciencia interior. Sin embargo, la química del organismo y su fisiología son ambas muy complejas, y los efectos secundarios inesperados nos alertan a todos a tener precaución al usar drogas.

En años recientes ha habido un interés creciente entre médicos y pacientes por formas alternativas de restaurar la salud al cuerpo. La adicción a las drogas, tanto las legales como las ilegales, se ha extendido tanto que hay pocas familias que no hayan sentido sus consecuencias de alguna manera. El problema desenfrenado de la adicción a drogas ha espoleado la búsqueda de alternativas razonables.

Desde finales de los años 60 un número creciente de médicos ha reconocido que la profesión médica debe explorar otros caminos hacia la salud. Los médicos mismos no deben quedarse «enganchados» en recetar drogas. Tienen que aprender más sobre cosas tan básicas como la dieta y la nutrición. Tienen que reconocer la interrelación entre los trastornos emocionales y las enfermedades físicas, tienen que expandir su visión y ver al paciente como un todo —cuerpo, mente y espíritu—, no sólo como un caso de esta o aquella enfermedad. Tienen que hacerse más diestros en tratar a la persona entera, en llegar a la raíz del problema y no sólo tratar la enfermedad o sus síntomas.

El movimiento hacia una nueva era en cuanto a atención sanitaria dentro de la profesión médica ha ido creciendo lenta pero firmemente. Se ha hecho visible a través de la creación de varias organizaciones desde los años 70, principalmente la American Holistic Medical Association. Su primer presidente, Norman Shealy, un neurocirujano de Wisconsin, tipifica la consciencia en expansión de los facultativos médicos: el doctor Shealy abandonó la cirugía a

favor de las terapias holísticas que consideraba un camino mejor. También ha dado conferencias y publicado numerosos artículos sobre el tema, junto con su columna habitual en la revista *New Realities* («Nuevas Realidades»), como forma de educar al público para que espere y exija esta clase de tratamiento.

Otro esfuerzo de organización notable fue el de la Academy of Parapsychology and Medicine, que algunos de nosotros creamos en 1970 para dar conferencias instructivas a médicos interesados en familiarizarse con métodos alternativos de facilitar el proceso curativo. Las reuniones de la academia trataban todo, desde la acupuntura hasta la cirugía psíquica, desde la oración hasta la imposición de manos. Como barómetro del interés que despertaban estas nuevas terapias, una conferencia celebrada en la Universidad de Stanford reunió a tres mil médicos. La academia tuvo una vida corta (por motivos económicos) pero fue muy significativa en una época de cambio.

La Menninger Research Foundation en Kansas lanzó, durante este mismo período, una conferencia introductoria sobre biofeedback, organizada por Elmer Green, un especialista en ese campo innovador. La conferencia, realizada en Council Grove, Kansas, se ha convertido en un acontecimiento anual dedicado realmente al cambio de consciencia en todo el mundo.

El simposio médico que mi mujer, Gladys, y yo patrocinamos en 1968 antes de formar la Clínica A. R. E. exploró el enfoque de Cayce sobre la medicina y se ha convertido en un acontecimiento anual muy conocido que atrae a investigadores de muchos campos.

El interés popular por las ideas de Edgar Cayce floreció durante esta misma época como resultado del *best-seller* de Jess Stearn titulado *Edgar Cayce: El profeta durmiente* que llevó a muchos otros libros sobre temas específicos de Cayce, tales como sueños, reencarnación y meditación. Milton Friedman, el ex redactor de los discursos del presidente Ford, que fue uno de nuestros conferenciantes en el simposio médico de 1978, habló sobre el creciente interés en Washington por la meditación, la oración y el estudio de los sueños. «El fantasma de Edgar Cayce se pasea por las calles y los salones de Washington y una nueva consciencia ha embargado a los legisladores. El filo de la Nueva Consciencia parece estar en el campo de la salud», dijo Friedman, «y se trata de un conocimiento superior sobre lo que le hace a uno enfermar y una consciencia de que este

conocimiento aplicado es más importante que arreglar el cuerpo cuando algo va mal».

El impacto de Cayce, a pesar de la controversia que despertara entre los escépticos, fue tan grande que hasta el editor del *Journal of the American Medical Association,* John P. Callan, M. D., le rindió homenaje como padre de la medicina holística. En un editorial ponderado en el número de marzo de 1975, el doctor Callan reconoció que la medicina holística no era una moda pasajera, sino un enfoque que la profesión médica debía tomar en serio. Los facultativos holísticos tratan a la persona entera, no sólo las enfermedades, señaló Callan, y sus facultativos afirman que la medicina occidental, científica está demasiado orientada hacia la enfermedad y separa la mente del cuerpo. Callan sugirió que los partidarios del holismo quieren convertir su marca de medicina en una prioridad nacional y recomendó a los médicos aprender más sobre ello. Consideró que el holismo estaba estrechamente relacionado con el trabajo de la Asociación para la Investigación y la Iluminación de Virginia Beach, Virginia:

> «Las raíces del holismo actual probablemente se extienden hasta cien años atrás, a la fecha en que nació Edgar Cayce en Hopkinsville, Kentucky. Para cuando murió en 1945, Cayce era famoso como místico que entraba en trances y dictaba una filosofía de la vida y de la curación llamadas mensajes (*readings*). Su base se estableció en Virginia Beach, Virginia, ahora la sede de la Fundación Cayce.»

Otro factor fue quizá la era espacial. Nos animó a mirar al cielo con un nuevo espíritu de aventura, a abrir nuestras mentes a nuevas posibilidades y desde luego a horizontes más amplios. Supuso un desafío para la ciencia a través del cual surgieron nuevos conceptos sobre la naturaleza del universo y el papel de las energías eléctricas o magnéticas. En una conferencia en Madrás (India) en 1987, el físico y Premio Nobel Werner Heisenberg concluyó que «la energía magnética es la energía elemental de la que depende toda la vida del organismo». Pero, dijo este distinguido científico:

> «No parece que se haya hecho un aprecio concertado de esta fuerza fundamental de la naturaleza, sino sólo intentos esporádicos centrados alrededor de pensadores aislados a los que no se tomaba en serio. Con el advenimiento de la Era Espacial, el cuadro ha cam-

biado por completo. A los científicos les interesa ahora más que nunca la variedad de formas en que los campos electromagnéticos —tanto los naturales como los creados por el hombre— interactúan con la vida a diversos niveles, con efectos tanto benéficos como perjudiciales... Lo que es más, los efectos benéficos de la interacción magnetismo-vida, como, por ejemplo, la aplicación de los campos magnéticos a la terapia y diagnóstico médicos, están siendo ya explorados.»

Heisenberg estaba en lo cierto; los primeros teóricos de la medicina energética fueron prácticamente ignorados, probablemente porque la mayoría de los médicos simplemente no podían entender *por qué* algo tan raro como la electricidad tenía algo que ver con un cuerpo que era evidentemente de constitución bioquímica. Las imágenes de algunos de los primeros aparatos que utilizaban la energía estática tampoco resultaban muy atrayentes, especialmente cuando mostraban a un paciente con cara de susto y con los pelos de punta. El uso de tales artefactos eléctricos fue desalentado por la actitud negativa de la Food and Drug Administration (FDA) * hacia aparatos de los que no constaban pruebas de los efectos benéficos para la salud que pretendían sus defensores. Aunque la supervisión de la FDA ha limpiado afortunadamente el mercado de muchos productos de charlatanes de otros tiempos junto con medicamentos patentados que «curaban» prácticamente todas las enfermedades, también ha dificultado el camino a los que quieren intentar alternativas a las drogas. Edgar Cayce sugirió varios aparatos, por ejemplo, que algunos han usado aparentemente con buenos resultados. Pero, a falta de pruebas estandarizadas de sus efectos terapéuticos, cualquiera que fabrique o venda tales aparatos para fines médicos se arriesga a toparse con el gobierno federal. Un amigo mío hizo estos aparatos en el garaje de su casa para todo el que se los pedía (no se anunciaba), y un día llegaron a su casa representantes de la FDA que se habían enterado, pidiendo ver la casa. A mi amigo ya le había llegado el premio para entonces, y su viuda se negó a permitirles profanar su buena obra con un registro de su taller a menos que tuvieran una orden de registro. No volvieron más.

---

* Organismo federal norteamericano que controla la calidad de alimentos y medicamentos. (*N. del T.*)

Por mi fe en la sabiduría de Edgar Cayce y en la eficacia de muchas terapias que recomendó y que hemos usado con éxito en nuestros pacientes, no tengo duda de que el aparato de célula-mojada y el de impedancia, que a veces sugirió, tengan efectos terapéuticos. Quizá cuando aprendamos más sobre por qué funciona la medicina energética podremos usarlos con libertad.

Un investigador pionero, Robert O. Becker, M. D., que no se desalentó por la falta de aprecio del significado de los circuitos eléctricos del organismo, ha demostrado el extraordinario valor de las corrientes electromagnéticas en el proceso de regeneración. Descubrió esta conexión al explorar el increíble poder de la salamandra para regenerar casi todas las partes de su cuerpo. Los científicos se han devanado los sesos con este fenómeno durante siglos. El doctor Becker descubrió que la regeneración de la pata amputada de una salamandra sucede por medio de una corriente eléctrica muy débil que altera las células en ese área, haciéndolas más indiferenciadas. Luego la corriente rediferencia las células para producir la clase de tejido que hace falta para reconstruir la extremidad —¡casi como por arte de magia!

Becker describió lo que ocurre paso a paso tras la amputación. Las células de esa zona mueren. Luego hay un recrecimiento de la epidermis. Esto es muy importante, según él. La dermis, la capa más profunda de la piel, no crece por encima de la superficie cortada, y los nervios circundantes se extienden a la epidermis y forman una conexión entre cada célula epidérmica y trozos de tejido nervioso filiforme que se denomina entonces empalme neuroepidérmico.

Luego, las células que se han desdiferenciado en forma de blastema, aparecen y empiezan a crecer y a dividirse, formando todos los tejidos necesarios para componer una nueva extremidad que no puede diferenciarse de la norma.

Sin embargo, si se interfiere con las fibrillas nerviosas o con la epidermis, de manera que no se pueda formar el empalme neuroepidérmico, la regeneración se frustrará. Esta interferencia se puede lograr aplicando quirúrgicamente un injerto de piel o interrumpiendo el aporte nervioso. Si se deja a la epidermis volver a crecer sola y se espera pacientemente sin interferir, a que suceda el paso siguiente, el proceso tendrá éxito.

En una conferencia en un congreso de curación en Washington D. C., en noviembre de 1981, Becker habló sobre el trabajo que

realizó en Viena sobre salamandras allá a mediados y finales de los años 60. En Viena:

> «Los experimentos se centraban en *producir* un cáncer en la salamandra que derivara de sus *propias* células por un suministro repetido de una sustancia carcinogénica conocida aplicada en la base de la cola.
>
> Se desarrolla un cáncer de piel en la salamandra que, si no se trata, llevará a una metástasis y el animal morirá. Si, tras la metástasis, se le amputa la cola, no *por* el tumor, sino sólo cerca, el tumor primario desaparece y a continuación todos los tumores metastáticos desaparecen también y queda una salamandra completamente salvada.
>
> Creemos que lo que ocurre aquí es que las células cancerígenas se desdiferencian por completo para convertirse de nuevo en el tipo de células embrionales primitivas y son reutilizadas por el animal.»

A la vista de la increíble capacidad de la salamandra de regenerar esa cola y de su enorme necesidad de células embrionales en esa zona, uno puede empezar a entender cómo esa parte del cuerpo usaría las células cancerígenas, las desdiferenciaría a una forma más básica y luego las reutilizaría para construirse una nueva cola. Pero, ¿qué hay de los islotes de cáncer en las distintas zonas donde el cáncer se había reproducido? ¿Es esta energía de regeneración una corriente eléctrica que fluye por todo el cuerpo de la salamandra?, o ¿acaso las células en las distintas partes del cuerpo sufren el mismo proceso de desdiferenciación que las de la «sede» del cáncer debido a algún proceso de comunicación a distancia y de una estrecha relación que aún ni conocemos?

Hay, evidentemente, muchas preguntas sobre la vida, la regeneración, la curación y la energía que fluye por el organismo vivo que ni siquiera hemos tocado aún. Queda mucho por aprender. ¿Y si la energía de regeneración, por ejemplo, se introdujera en la «sede» de un tumor en un ser humano? ¿Se desdiferenciarían esas células? Y ¿responderían los lugares lejanos de metástasis del cáncer por cambiar la sede? O quizá la energía de regeneración habría de extenderse por todo el cuerpo para modificar las células cancerígenas extendidas. O tal vez la salamandra y los humanos no tengan relación alguna a este respecto.

En nuestra experiencia en la Clínica A. R. E., tanto en nuestras aplicaciones clínicas como en nuestros esfuerzos de investigación,

nos encontramos aún que la descripción de la medicina energética está en una fase de formación. Sin embargo, se puede obtener luz sobre el tema si simplemente entendemos a los seres humanos como cuerpo, mente y espíritu. Pues la energía es la energía misma de la vida, la manifestación de la fuerza divina, y en el mundo material se entiende como energía eléctrica, electrónica, electromagnética o magnética. Y en todas sus manifestaciones, tanto si se genera dentro como fuera del cuerpo, trae vida al organismo humano y lo cura cuando se ha desarreglado.

Estoy seguro de que el potencial de la medicina energética es grande y la consciencia del público está aumentando gracias a artículos como el de Kathleen McAuliffe, «Canto a la electricidad del cuerpo», publicado en la revista *Omni* en 1981. Decía:

> «Todos llevamos una ropa invisible, un manto electromagnético que nos protege desde la cabeza hasta los pies. Desde el instante de la concepción, empiezan a fluir corrientes eléctricas en el pequeño embrión que guían el proceso increíblemente delicado que culmina en el nacimiento. Cuando una salamandra regenera un miembro, corrientes similares fluyen por la extremidad dañada como si estuvieran reviviendo un paso crucial en la embriogénesis. Una vez que el nuevo organismo —o miembro— está totalmente formado, las corrientes decaen. Sin embargo, todos conservamos un halo electromagnético como un traje de nacimiento que vestimos toda la vida.»

El director de programas de investigación en la Clínica A. R. E., Harvey Grady, ha observado lo parecido que es este concepto, aceptado ahora por la ciencia, a aquel abrazado por Edgar Cayce hace más de medio siglo cuando decía: «El cuerpo humano está compuesto de vibración electrónica, teniendo cada átomo y elemento del cuerpo, cada órgano y organismo del mismo, su vibración electrónica necesaria para el mantenimiento y equilibrio de ese organismo en particular.» (N.º 1800-4.)

Los científicos ahora reconocen que un cuerpo sano depende de un sistema de energía eléctrica en correcto funcionamiento. En palabras del artículo de *Omni:* «Los trastornos en estos campos presagian la enfermedad.» Cayce dijo que una lesión o enfermedad podía resultar en una deficiente energía electrónica, necesaria para el equilibrio y mantenimiento de cualquier elemento del cuerpo.

Un buen ejemplo del poder que tienen los impulsos eléctricos

para energetizar las funciones físicas fue el caso de un hombre en Falmouth, Maine, que se había quedado progresivamente sordo y ciego tras un accidente automovilístico en 1971. En 1980 tuvo otro accidente —le alcanzó un rayo—, pero esta vez sus sentidos se beneficiaron. Una hora después de recibir la descarga, recuperó la vista y al día siguiente volvía a oír.

Lo que parecía un milagro obtuvo una explicación por parte de dos doctores, profesores de la Escuela de Medicina de Harvard, a los que se pidió que comentaran sobre lo que lo había hecho posible. «Ceguera histérica», dijo uno. «Sordera histérica», dijo el otro. En otras palabras, el hombre nunca había perdido su capacidad de ver u oír; sólo lo creyó. «Los ciegos histéricos mejoran cuando ya no necesitan estar ciegos», explicó el oftalmólogo. Ninguno de estos médicos le había examinado antes, desde luego, así que eran meras especulaciones.

Sus observaciones me recuerdan a un neurólogo al que se preguntó sobre acupuntura en una entrevista en televisión en 1972. Opinó que no podía de ningún modo funcionar porque no había ningún sendero neurológico en la piel por el que pudiera operar tal terapia. Desde luego, no había estudiado acupuntura.

Mi propio trabajo con acupuntura me persuade de que sí funciona. Puede ser que no entendamos por completo cómo funciona o por qué funciona; la teoría es que, de hecho, la electricidad sí pasa por senderos en la piel donde determinadas células son más conductoras que otras contiguas. Estos senderos se denominan meridianos y ya se han llevado a cabo estudios científicos para verificar esa teoría. Sea cual sea la explicación, muchos de nuestros pacientes aquejados de distintos dolores, de dolencias tales como apendicitis, problemas de corazón y otros muchos (que se describen ampliamente en la literatura de acupuntura), han encontrado alivio con esta terapia que «no podía de ningún modo funcionar». Me alegré de ver que un periódico tan conservador como el *Business Week* (4 de mayo de 1987) informaba de que «más y más médicos —apoyados por una evidencia científica creciente— están decidiendo que la llamada medicina "alternativa" u "holística" es algo más que un camelo. Entre las terapias antes controvertidas que están adquiriendo credibilidad figuran: la acupuntura, la hipnosis, el biofeedback, la homeopatía y la visualización creativa».

La investigación es la clave para expandir la credibilidad de

estas y otras terapias nuevas. Hasta el gobierno federal reconoce esto. El Instituto Nacional de la Salud está patrocinando investigación por valor de más de 70 millones de dólares en el campo de la medicina de la conducta, que incluye el biofeedback, la hipnosis y el aprendizaje de la relajación. Con la ayuda de una subvención de la Fundación John E. Fetzer para proseguir nuestra investigación, la Clínica A. R. E. creó el Instituto John E. Fetzer de Investigación Médica en 1984 y ha lanzado una serie de investigaciones a largo plazo para documentar las pautas energéticas del cuerpo humano y aumentar nuestro conocimiento sobre cómo afectan la salud. Los mensajes de Cayce ofrecen claves que deben ser tomadas en serio debido a la correspondencia que ya hemos hallado entre los conceptos biológicos de Cayce y los descubrimientos recientes de la ciencia. Cayce, por ejemplo, dijo que toda curación de todo tipo es debida al cambio en las vibraciones del cuerpo desde dentro —la sintonización de lo Divino dentro de los tejidos vivos de un cuerpo hacia las Energías Creativas.

Como los antiguos exploradores que buscaban una ruta más corta desde Europa hacia Oriente, nosotros también buscamos una ruta más segura hacia la tierra de la salud perfecta. Navegamos por mares desconocidos cuando consideramos el consejo de Cayce de «cambiar las vibraciones desde dentro». Nos movemos más allá del cuerpo, de la mente y el espíritu de la persona. En palabras de Cayce: «Tanto si se logra por medio de medicamentos, del bisturí o de lo que sea, es la sintonización de la estructura atómica de la fuerza celular viva a su herencia espiritual.» (N.° 1967-1.)

«La electricidad o vibración es esa misma energía, ese mismo poder que llamáis Dios», añadió.

Los títulos de algunos de los trabajos presentados en la Conferencia Internacional de Medicina Energética en la India pueden dar una idea de la dirección en la que se está desarrollando la investigación actual. Algunos son: El Ambiente Electromagnético del Hombre; Campos Electromagnéticos Pulsados en el Tratamiento de Lesiones Craneales; Terapia Electromagnética de Masaje Manual; Paralelos entre el Yoga y la Teoría de la Acupuntura; La Relación entre Energías Electromagnéticas y Psíquicas; Kundalini Yoga y las Neurociencias; Estudios de Laboratorio sobre la Curación por el Contacto, y Medicina Energética en Sistemas Curativos Indígenas.

Por ellos, podemos hacernos una idea del enfoque de la confe-

rencia, desde aplicaciones específicas hasta una visión más amplia. Ambas son necesarias. Lo que está claro es la convicción creciente de que la medicina energética es la corriente del futuro, que las energías del cuerpo tienen un potencial de lograr milagros de curación. R. M. Varna, profesor emérito del Instituto Nacional de Salud Mental y Neurociencias de Bangalore, India, considera la energía como algo central en la atención sanitaria:

> «Encontramos que en estas tres áreas, es decir, la física, la biológica y la psicológica, el modelo que emerge es unitivo y holístico, con la energía como sustrato y todo fenómeno como formas de transformación. El esfuerzo actual en las ciencias, en cada una de las áreas, es el de desentrañar los principios y los procesos de transformación que sean verificables, operativos y útiles.»

Para comprender el factor energético, tenemos que aprender más sobre vibraciones, pues la vibración creativa es la misma energía que la Vida misma, según Cayce.

Aunque la descripción global de la medicina energética aún es cosa del futuro, quizá es un mecanismo en las artes investigadoras y curativas que nos hará avanzar hacia una mayor comprensión de aquello de lo que debe tratar la práctica de la medicina.

Como demuestra esa conferencia en Madrás, hay en todo el mundo un despertar al conocimiento de que los seres humanos son en verdad criaturas de energía. Todos tenemos una mente consciente e inconsciente y las dos funcionan a través de los sistemas corporales con energías electromagnéticas; estos hechos deben tenerse en cuenta para el progreso de las artes curativas.

4

EL TEMPLO HERMOSO

Mi esposa Gladys y yo llevábamos ejerciendo la medicina veintidós años y diez investigando a Cayce cuando inauguramos la Clínica A. R. E. en 1970. Pasamos de hacer una medicina general «de cabecera» a tratar pacientes usando las ideas de Cayce sobre la salud cuando eran aplicables. También hacíamos investigación clínica con estos conceptos. No nos limitábamos a las sugerencias explícitas de Cayce, sino que complementábamos los conocimientos médicos más avanzados con las terapias que él recomendaba. Hemos tratado el cuerpo, la mente y el espíritu de cada paciente tal y como lo entendemos.

Para centrar nuestro trabajo, adoptamos un ideal para la clínica. Edgar Cayce había recomendado que cada persona necesitaba adoptar una serie de ideales. Hay que tenerlos en cuenta cuando organizamos los detalles de nuestra vida, asegurándonos de que *lo que* hacemos y *cómo* vivimos está en armonía con estos ideales. Creímos que sería bueno para la clínica usar el mismo criterio. Sus ideales fueron, pues, éstos:

> «Manifestar la Consciencia Universal Crística y poner de manifiesto el amor de Dios y del hombre. Nuestro ideal es traer la verdadera curación al cuerpo, a la mente y al espíritu, ayudando a los individuos a desarrollar una consciencia de su potencial físico, mental y espiritual, estableciendo así una relación más significativa con las Fuerzas Creativas del Universo y una mayor armonía con sus semejantes.»

A medida que fue aumentando nuestra información sobre los mensajes de Cayce, desarrollamos una serie de terapias holísticas

que parecían apropiadas para las dolencias que aquejaban a nuestros pacientes. Formamos a nuestro equipo, que pasó de siete en 1970 a cuarenta (más voluntarios) en la actualidad, para que fuera capaz de aplicar estas terapias innovadoras. La respuesta positiva de pacientes que habían probado sin éxito la medicina convencional resultó para nosotros emocionante y alentadora. Sabíamos entonces que la sabiduría de Edgar Cayce y sus remedios se podían aplicar a las enfermedades de hoy y ayudarnos también a combatir las del mañana.

Durante los primeros años, dirigimos la clínica de una manera bastante convencional, aceptando pacientes a medida que nos llegaban, ofreciendo sólo servicio de ambulatorio, tratándoles cuando les veíamos y esperando que siguieran nuestras instrucciones el tiempo suficiente para que fueran eficaces. Sospechamos que muchos pacientes hallaron esto difícil, especialmente cuando les pedíamos que cambiaran su dieta radicalmente. El impacto que tienen los alimentos que comemos habitualmente sobre nuestra salud es muy grande —así como las costumbres que hemos desarrollado y que realizamos a menudo sin pensar, ya sea beber demasiado café, bebidas espumosas, o, peor aún, comer cualquier cosa deprisa y corriendo. Hablaremos más detenidamente en el siguiente capítulo de la dieta y la nutrición.

Uno de los atractivos de la medicación convencional actual para muchos pacientes es que requiere muy poco esfuerzo mental: tres al día, una después de cada comida, es lo único que el médico le pide a uno que recuerde. Y a menudo no exige ningún cambio real en nuestra forma de vida, especialmente en nuestros malos hábitos alimenticios. Es tan fácil, que a menudo los pacientes van de un médico a otro probando una droga tras otra, esperando tener suerte y curarse. Cuando ocurre, desde luego han tenido suerte. Pero creemos que hay una manera mejor, más segura de encontrar la curación.

En 1978 desarrollamos nuestra manera de facilitárselo a los pacientes. Creamos un programa residencial de diecisiete días de duración. Lo llamamos El Templo Hermoso porque en el antiguo Egipto, según Cayce, había un Templo Hermoso donde se aplicaban con éxito toda clase de terapias.

El ambiente de nuestro «templo» es muy hogareño porque lo realizamos en un chalet grande en una zona residencial a poco más de un kilómetro de la clínica. Por tanto, está separado del ambiente

hospitalario pero suficientemente cerca como para que los pacientes puedan acudir a sus citas con nuestro equipo médico. Y aunque la mayoría de las actividades diarias se centran alrededor de la Oak House *, como la llamamos, casi todos van a la clínica a diario para una o más sesiones terapeúticas, empezando por un chequeo completo.

Limitamos el número de invitados de cada programa a quince, que son los que caben cómodamente en la casa. Cuando todos se reúnen alrededor de la mesa a la hora de comer y en el salón para hacer la tertulia, tenemos un grupo muy variopinto y en número adecuado para que cada uno pueda recibir la atención que necesita. Pronto nos sentimos como una gran familia a medida que comemos juntos y nos vamos abriendo los unos a los otros, confiando a menudo a nuestros nuevos amigos nuestros sentimientos más profundos que afloran ahora con facilidad. Lo que casi todos descubren enseguida es que esta «familia» del Templo Hermoso es muy acogedora. El hecho de vivir en una comunidad acogedora, aunque sólo sea por un corto tiempo, es una experiencia nueva para mucha gente. Este elemento de interés cariñoso constituye un ingrediente secreto disponible para todos los que participan. El elemento del amor puede ser muy curativo en sí mismo. Sin duda, creemos que el amor es un ingrediente necesario para lograr una curación completa del cuerpo, de la mente y del alma.

La palabra *amor* se usa para expresar diversas formas de atracción**: me encanta el campo, me encanta bailar, me encanta la comida hecha en casa y los coches de carreras, etc. Estas formas de amor nos parecen gratificantes, autogratificantes. El amor que cura, sin embargo, es otra cosa. Es el amor que se define en la Biblia. Esa forma de amor no tiene valor salvo si se aplica a otra persona. Tiene que ver con dar en vez de recibir. En esa otra persona vemos el reflejo de nosotros mismos y la presencia de Dios. A medida que damos amor a otra persona, amamos a Dios dentro de esa persona y a la vez sintonizamos mejor con el Infinito. La suprema curación o integridad es llegar a ser uno con Dios. El sendero de esa meta es el amor. No sólo tenemos que andar ese sendero nosotros, sino que necesitamos enseñar a otros a seguirlo también.

---

* Casa de Roble. *(N. de la T.)*

** Aquí *love* se traduciría por *me encanta. (N. de la T.)*

Esto no es sólo teórico. El amor puede aplicarse enseguida, sea cual sea el estado o enfermedad del receptor. En uno de nuestros programas recientes, por ejemplo, teníamos pacientes que padecían asma, hipertensión, síndrome premenstrual, linfoma de Hodgkin, varices, cáncer de útero y cervix, ataxia de Friedrich, alergias agudas, candidiasis, herpes simple y diabetes, con lesión ocular y desprendimiento de retina. No es raro tener una variedad tan grande de dolencias graves en un grupo. Aunque cada una precisa cuidados especiales, todas responden a la terapia básica del interés cariñoso. Empezamos a aplicarlo cuando llegan a Oak House. Sonrisas, saludos cariñosos y abrazos les hacen sentirse a gusto enseguida. Quizá no lo sepan, pero su programa de tratamiento ha comenzado.

No estamos hablando aquí de sólo hacer que la gente se sienta bien. Estamos hablando de una ley de vida básica cuando consideramos el efecto del amor. Nos sintoniza con la Fuente de toda vida, y la sintonización trae salud a quien sufre malestar o incluso enfermedad.

Cada individuo tiene la libertad de elegir los elementos que se combinan para formar los patrones que radican en los centros endocrino-espirituales del organismo. Elegimos la clase de emociones, actitudes y creencias que queremos tener. Si no están en sintonía con nuestra verdadera naturaleza espiritual, la consecuencia es una falta de salud por una enfermedad de cualquier tipo. Afortunadamente, también podemos elegir la salud si lo deseamos.

Al dedicarnos a las artes curativas, aplicamos una serie de terapias, algunas sugeridas en los mensajes de Cayce y otras creadas desde que él dejó de dar información en 1945. Van desde el masaje al biofeedback, pasando por la colónica, la terapia electromagnética, la musicoterapia y cromoterapia, a la vez que corregimos patrones inconscientes emocionales, actitudinales e intelectuales. Los pacientes participan juntos en ejercicios matinales, meditan en grupo y a la hora del desayuno comentan los sueños que han anotado de la noche anterior. A la hora de cenar, uno por uno, cuentan la historia de su vida, lo cual se convierte en algo más que una charla ligera. A menudo, la gente descubre sentimientos profundos que han sobrellevado solos durante muchos años. El liberar sentimientos de rechazos en la infancia o de amor no correspondido o de falta de autoestima dentro de una atmósfera de cariño hogareño puede ser increíblemente terapéutico.

La reducción del estrés es otro objetivo del Programa del Templo Hermoso. Cuando reunimos una serie de tratamientos antiestrés, tales como meditación, interpretación de sueños, una dieta para equilibrar el cuerpo, la medicación y vitaminas necesarias y el tipo de terapia que le permite a uno experimentar vivencias de sus vidas pasadas en un ambiente receptivo y acogedor, los resultados son a menudo impresionantes. Y esto es así sean cuales sean los síntomas o cuál sea la clase de enfermedad que el paciente haya elegido. Ilustra la verdad de la afirmación de Cayce de que «toda la curación proviene de la Unica Fuente». Identificó esa fuente como «lo Creativo o Fuerza de Dios».

El poder de dentro

Al intentar entender el milagro de las curaciones que hemos presenciado en nuestros pacientes —curaciones de cáncer, de asma, de gangrena de un miembro, de esclerodermia, de artritis, de alergias y hasta de catarros corrientes— me referí a la Biblia a la vez que a los mensajes de Cayce. Ha sido un viaje fascinante para mí el encontrar ciertos pasajes que arrojan nueva luz. Uno de ellos es del capítulo catorce de Juan en el Nuevo Testamento.

En los versículos noveno y décimo, Jesús le dice a Felipe que él, Felipe, *ha visto* al Padre al ver a Jesús (Felipe le había pedido a Jesús que le mostrara al Padre).

Esta afirmación de Jesús identificándose a sí mismo como Dios ha desconcertado a mucha gente a lo largo de los siglos. Pero la última parte del versículo diez me dio una pista y me ayudó a explicarme la curación del cuerpo a mí mismo y a los demás. Jesús siguió diciendo: «las palabras que yo os hablo no las hablo por mi propia cuenta, sino que el Padre que mora en mí, El hace las obras». Después dijo que él estaba en el Padre y que el Padre estaba en él. Y a continuación les dijo a sus discípulos que quería que ellos fueran uno en él como él era uno con el Padre.

Lo que eso me dice a mí es que nuestros cuerpos son, desde luego, templos de Dios, y que Dios vive de hecho en ellos —*¡en cada uno de nosotros!* Así es como resulta que estamos hechos.

Si Jesús no hizo las obras, sino «el Padre que está en mí, El hace las obras», se me está diciendo algo muy importante. Las obras de

las que hablaba Jesús eran las de manifestar el amor, pues se nos ha dicho que Dios es amor, y se nos ha dicho que debemos amar a Dios y amar a nuestros semejantes —esa es toda la ley.

Me parece, pues, que cada vez que amamos a otra persona no la estamos amando por nosotros mismos, sino que estamos dejando que Dios ame a través de nosotros. Si Jesús dejó que Dios amara al mundo a través de él, entonces nosotros, sin duda, no somos más que él y debemos estar dejando que Dios se manifieste a través de nosotros cuando somos bondadosos, cuando somos amables, cuando perdonamos, cuando nos comprendemos los unos a los otros, incluso cuando contamos un chiste y nos reímos y traemos alegría a los demás. Pues todas éstas son las obras del amor en nuestras vidas.

Y así, les digo a los pacientes y a los participantes en el Templo Hermoso que si Dios está obrando a través de nosotros cuando hacemos esas cosas en relación a otra persona, entonces no podemos por menos que crecer en salud al crecer en amor, porque la naturaleza misma de Dios se nos tiene que «pegar» por muy mal que estemos. Ese es un paso muy importante en nuestra curación, pues el amor es una fuerza activa; cura tanto a los que dan como a los que reciben amor.

Eso es lo que se inicia cuando Erika saluda amablemente, con una sonrisa y a veces también con un abrazo, a un nuevo paciente que entra en Oak House. Es la acción del Amor (Dios) a través de ella lo que da comienzo entonces a la curación del cuerpo-mente-espíritu.

Por cierto, abrazarse unos a otros es una parte prevista del programa. Seguimos la máxima de alguien que dijo (y creemos que es muy razonable): hacen falta cuatro abrazos al día para sobrevivir, ocho para mantenernos en forma y doce para crecer. En el programa, cada mañana después de nuestra meditación tenemos una sesión de abrazos.

Sabemos que un abrazo es más que un mero abrazo. Es compartir la risa, una alegría que anima el día. Pero, más aún que eso, permite a cada participante experimentar ser tocado, la imposición de manos, el compartir el aura de otro ser humano.

Uno puede devolver la salud al cuerpo sólo con manifestar conscientemente amor en lugar de indiferencia. Al mantener activa esa elección en los patrones de creencias, en las emociones que uno elige crear, en las actitudes que uno forma como pautas comporta-

mentales, la mente inconsciente adquiere luz y despeja las tinieblas a la vez que los siete centros espirituales se equilibran e influyen así directamente sobre las siete principales glandúlas endocrinas. Estas mismas opciones tienen un fuerte efecto directo también sobre la coordinación y el equilibrio de los órganos y sistemas del cuerpo que aportan vida a todo el organismo.

Dolores Krieger, A. T. S., ha mostrado la capacidad curativa del contacto —tanto es así que ha dado cursos a A. T. S. en formación sobre su importancia y cómo hacerlo—. (Ver su libro *The Therapeutic Touch: How to Use Your Hands to Help or Heal* («El contacto terapéutico: Cómo usar las manos para ayudar o curar»). Sabemos que cuando uno quiere ayudar, aunque sea sólo tocando a otra persona, hay energía que emana de las manos y que actúa para curar a esa otra persona. Cuando ambos quieren ayudar, ambos experimentan los beneficios del contacto curativo. Recuerda, es Dios el que obra a través de nosotros (cuando nos comprometemos a ello) para realizar esa curación.

La imposición de manos se ha conocido a lo largo de los siglos como un medio eficaz de curación. Empieza en la infancia cuando las madres tienen a sus niños en brazos y los mecen cuando lloran. Se repite unos años después cuando se caen y se hacen heridas y vienen llorando a mamá. Ella le coge en brazos, le pone la mano sobre la herida unos momentos, y le da un beso en donde le duele. La curación así es completa por el amor que se manifiesta a través del toque.

Miles de personas, quizá millones, han ayudado a sus semejantes por medio del arte de la imposición de manos. Esto, desde luego, va generalmente acompañado de la oración silenciosa y se entiende que es más eficaz cuando dura más que unos pocos momentos. En realidad, es un tratamiento energético, pero se realiza mejor cuando uno reconoce la Fuente de la energía que fluye por el cuerpo y las manos a la otra persona.

Una vez comenzado el programa del Templo Hermoso, y cuando ya el recibimiento, las meditaciones y los abrazos han empezado a surtir efecto, entendemos que los participantes empiezan a «tender la mano» con sus auras (esa envoltura energética/electromagnética que rodea todos los organismos vivos), y los contactos y la comunicación empiezan a darse a un nivel más profundo. El aura es esa parte de nuestro «cuerpo» original energético (que hemos teni-

do desde el principio) que se extiende en todas las direcciones más allá de nuestro marco físico. Algunos pueden ver el aura con facilidad; la mayoría no. Aquellos que ven el aura afirman que cualquiera puede aprender a verla. Es algo parecido a lo que dijo Edgar Cayce sobre sus habilidades en el mundo inconsciente, que cualquiera podía hacerlo. Estoy seguro de que ambos tenían razón, pues tenemos innatos en nuestro ser los poderes creativos del universo. ¡Recuerda que fuimos creados a imagen de Dios!

Pero Cayce tenía más que decir. Señaló que los poderes se nos concederían siempre que tuviéramos un propósito constructivo y los quisiéramos usar con ese fin. Por tanto, ¿por qué queremos ver un aura? ¿Por qué queremos tener las mismas dotes que tuvo Cayce? ¿Qué haríamos con ellas si se encarnaran en nosotros ahora mismo?

¿Por qué la curación?

En este mismo sentido preguntamos a menudo a nuestros pacientes lo mismo que Cayce preguntaba a algunos de los que le llegaban para pedir su consejo. «¿Por qué quieres curarte? ¿Qué harías con tu vida si te curaras ahora mismo?» Dicho de otro modo, ¿qué pasa con las decisiones que has tomado en el pasado que han labrado en tu consciencia las actitudes y pautas emocionales que han creado la enfermedad de tu cuerpo? ¿Estás dando los pasos para darte cuenta de cuáles son y cambiarlas?

Siempre es importante darse cuenta de aquellos factores que crean las perturbaciones en nuestros cuerpos. Cuesta trabajo generalmente, y nos revuelve mucho a veces, pues lo que hemos creado en nuestros cuerpos y en nuestras mentes nos parece «normal». En otras palabras, ¿por qué no son todos los demás como yo si yo soy «normal»? Hace falta mucha honestidad con uno mismo, a la vez que equiparamos esas actitudes con los baremos que elegimos como nuestro ideal o aquello que queremos llegar a ser. Y cuando vemos que nos quedamos cortos, nos duele. Y nos duele más aún cuando intentamos que esas actividades errantes se hagan coherentes con lo que creemos es lo mejor para nosotros.

En un sentido muy real, no podemos decirle a otro cuál debe ser su baremo, pues cada uno debe buscar el suyo. Jesús nos dio un baremo por el cual vivir, pero puede que no todos interpreten los deta-

lles de ese baremo de la misma forma o incluso que no acepten la vida de Cristo como su ideal. Cada entidad terrena *tiene* que elegir su propio camino... y *todos* lo hacemos, aunque no nos demos cuenta.

En nuestro programa del Templo Hermoso, muchos de los participantes ya conocen los mensajes de Cayce por ser ya miembros de la Asociación para la Investigación y la Iluminación en Virginia Beach o por ser pacientes de nuestra clínica. La mayoría de los pacientes del Programa provienen de Estados y países lejanos por haber conocido la historia de la vida y las aventuras humanas aquí en la tierra como se narraba en los mensajes.

Esta gente, pues, está preparada para investigar dentro de sí mismos y están listos para emprender una aventura en la conciencia. Así, el mirar a Cristo como ideal y aceptar a Jesús como el ejemplo de cómo encarnar ese concepto de Cristo es ya una dirección familiar para ellos en la que buscar ayuda. Se integran en el ambiente de abrazos, de intercambio de energías, de contacto físico, de mezcla de auras, sin dificultad.

Otros, sin embargo, lo encuentran difícil. Imagina cómo se sentiría un ingeniero, empapado de números, teorías e investigación y de cosas perfectamente controladas, cuando un grupo de gente completamente desconocida para él empezaran de pronto a abrazarle a todas horas, ¡a él que le cuesta hasta abrazar a su mujer! Pues estos individuos se encuentran con que la verdadera naturaleza humana emerge de sus profundidades —para su sorpresa— y la vida empieza a cobrar otro matiz. Es fascinante ver tales cambios profundos en personas que en todos los años que habían vivido en el plano terrestre esta vez no se habían dado cuenta aún de qué iba la vida.

Cuando empieza el programa nos reunimos en grupo para una orientación general y para conocernos —o mejor *empezar* a conocernos—. En ese encuentro preguntamos a cada uno: «¿Qué esperas sacar de este programa?» Cada persona entiende la pregunta a su modo y las respuestas son siempre distintas. La mayoría de los que tienen una enfermedad grave o mortal le dicen al grupo, con distintos grados de resolución: «¡Voy a superar esta enfermedad!» Y algunos lo cumplen.

Uno no puede mirar dentro de la mente y del ser de otro y determinar cuándo va a llegar a su fin la aventura de esa persona sobre la tierra esta vez. Hablamos de la muerte con tranquilidad, pues está

en el futuro de todos y nadie conoce su hora. Pero está ahí. Y cuando uno considera la verdadera naturaleza de cada uno de nosotros, es fácil entender por qué el ámbito espiritual es realmente más nuestro hábitat natural que esta vida material terrena estructurada en el tiempo.

Así, con estas bases para la comunicación y el entendimiento entre todos nosotros, podemos hablar de vidas pasadas y de cómo han podido influir hasta el momento sobre nuestra presente situación y respuestas. Podemos hablar de entrar y salir de la tercera dimensión sin titubear, reconociendo que todos vemos la vida como una continuidad, como un collar de perlas, cada una de las cuales representa una vida. Y quizá todas las perlas no son de la misma calidad pero cada una hace que el collar sea más bonito para su dueño. Somos dueños de las experiencias de cada vida, recogiendo las cualidades buenas y creativas y dejando las partes destructivas para ser enfrentadas más tarde o superarlas con la ayuda de los ingredientes secretos de los que hemos hablado antes.

Poco a poco, el grupo de extraños se convierte en algo parecido a una reunión de viejos amigos —y a veces esto empieza a ocurrir en sólo unas pocas horas—. Es casi como si estuvieran reunidos por una razón, quizá para renovar viejas amistades de otra vida o alguna vida pasada en la que tal vez se hubieran cruzado todas sus vidas.

No es en este punto, sin embargo, cuando hacemos la pregunta difícil de «por qué» quieren curarse. Eso viene más tarde, cuando han caído muchas de las defensas y están capacitados —cada uno a su tiempo— para tratar con este problema. Algunos lo hacen mucho antes que otros.

La gente se encuentra, al poco de llegar, con que tienen un compañero de cuarto o quizá dos o tres. Algunos están acostumbrados a vivir solos y les supone un esfuerzo adaptarse. Casi siempre que esto ocurre, aquellos que quieren protestar más, encuentran que su compañero indeseado resulta ser un gran amigo del pasado o una hermana o hermano o compañero de trabajo en un proyecto realizado hace cientos de años.

Un grupo, compuesto casi exclusivamente de mujeres, desveló en la información de sus sueños y experiencias que habían estado todas juntas en un convento siglos atrás en España. Y todas habían hecho entonces voto de silencio. Huelga decir que las comidas eran muy calladas en este grupo de almas. Pero el silencio no les resulta-

ba incómodo —más bien, se sentían muy a gusto—. Una del grupo era una monja en esta vida.

No les resultaba difícil a los miembros de este grupo entender desde muy pronto que estaban buscando curarse para poder —a su propio modo— ser útiles a alguien.

Cuando termina el día de orientación, la mayoría de los asistentes al programa se dan cuenta de que están en un ambiente cálido de aceptación y apoyo que les permite compartir los temores y odios, trastornos y duelos que han tenido guardados años y años por miedo a que, si los expresaban, la gente les considerara raros o les criticara o les aislara. Este ambiente permite que afloren los problemas escondidos y hace que pueda continuar el proceso curativo que empezó por una sonrisa y un abrazo.

En todos nuestros programas contamos la historia de nuestra vida. Algunas son largas, otras son cortas, pero todos pueden compartir sus experiencias. Una mujer que acudió al programa porque había desarrollado un cáncer de útero contó su historia la primera tarde. Le contó a un grupo de personas que habían sido sólo extraños unas horas antes, que su padre, ya fallecido, la había «usado» sexualmente mientras su madre no se quería dar por enterada de lo que creía que estaba ocurriendo.

La amistad y solicitud que halló en sus nuevos amigos —era la primera vez que se lo había contado a alguien— fue un factor clave para ayudarle a adquirir una mejor comprensión de sí misma y a ayudarla a emprender un camino de curación. Junto con su tratamiento anterior de quimioterapia, parecía encaminarla hacia una vida libre del miedo que había sentido con el cáncer y le permitió superar totalmente su enfermedad.

¿Qué era el auténtico Templo Hermoso?

Cuando unos cuantos de la clínica visitamos Egipto en 1978, nuestro guía se colocó delante de la Esfinge, cerca de la Gran Pirámide, señaló hacia un lugar no muy lejano y dijo: «¡Y ahí es donde estaba el Templo Hermoso!»

En los mensajes de Edgar Cayce aparece mucha información tanto sobre el Templo Hermoso como sobre el Templo del Sacrificio. Según esta fuente de información, en los años que precedieron

al hundimiento final de la Atlántida —alrededor del año 10.500 a. de C.—, el sacerdote Ra-Ta creó estos templos con fines de purificación. De estos mensajes emerge la imagen de un ser humano uniéndose con los animales en este plano terrenal —convirtiéndose en parte de ellos, en cierto modo— y llegando a quedarse atrapado en sus cuerpos. Con el tiempo, fueron engendrándose seres que eran mitad hombre, mitad animal: los centauros, la esfinge, las sirenas, y criaturas que tenían más de lo uno que de lo otro, que tenían plumas o alas, cuernos o pezuñas.

Incluso hoy en día la ciencia médica se encuentra de vez en cuando con un ser así. En 1982, el *New England Journal of Medicine* informó del caso de un niño que nació con una cola de cinco centímetros. La publicación afirmaba que se trataba de «un apéndice caudal bien formado... cubierto por piel de textura normal y con una consistencia suave y fibrosa». Situado al final de la columna, tenía pelo y nervios, pero carecía de hueso o cartílago. Fue eliminada quirúrgicamente.

El médico que informaba sobre el caso, Fred D. Ledley, M. D., decía que desde 1850 se había comunicado la incidencia de una cola semejante en centenares de casos y que tales informes se habían resaltado más durante los debates sobre la teoría de la evolución de Darwin. Además de ser incongruente, Ledley señala que suscita interrogantes no sólo sobre embriología, sino también en cuanto a la visión que tenemos de nosotros mismos y el lugar que ocupamos en la evolución.

A veces vemos otros ejemplos de la evolución de Darwin —personas que nacen con piel tan parecida a las escamas de un pez que se denomina ictiosis, y hay gente que tiene bultos como cuernos en la cabeza.

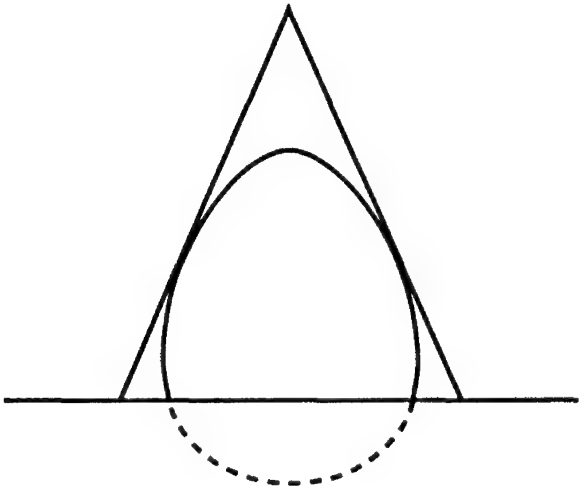
Los mensajes de Cayce nos llevan a pensar que la naturaleza animal que se exteriorizó en aquellos tiempos se fue paulatinamente interiorizando hasta convertirse en dolencias del cuerpo y dificultades de la mente. Los cuernos, por ejemplo, decía, se han transformado en las costumbres —nuestra testaruda manera de hacer las cosas.

La purificación entonces se realizaba en el Templo del Sacrificio y a través del trabajo en el Templo Hermoso sobre la mente, las emociones y la elevación espiritual. Hoy en día se realiza a través

del proceso de establecer nuevos hábitos constructivos y abandonar aquellos que son destructivos.

La intención de la purificación, pues, parecía ser la de corregir la naturaleza externa de los seres humanos que se había entrelazado tanto con la de los animales. Hoy en día es trabajar con esas mismas naturalezas animales que han sido internalizadas para convertirse en los patrones de nuestras emociones, nuestras actitudes e ideas —todo ello elegido por nosotros—. ¿Conoces a alguien tan testarudo como una mula? ¿O fuerte como un toro? ¿O cobarde como una gallina? Se pueden nombrar aún más.

¿Pero qué pasaba con estos dos templos allá por aquellos tiempos en que la Atlántida se estaba hundiendo en el mar? ¿Cómo eran o qué pasaba dentro de esos templos? Una descripción de la estructura del Templo Hermoso indicaba que tenía forma de un huevo invertido dentro de una pirámide, parecido al dibujo.



La mejor forma de saber más sobre esos templos es citar varios de los pasajes de los mensajes de Cayce que describen la vida en esos tiempos:

> «Como se ha indicado, en esa experiencia concreta había gente que estaba enredada físicamente con el reino animal, con apéndices, pezuñas, cuatro patas, trozos de árbol, colas, escamas, con aquellas cosas a que las formas mentales (o el mal) se habían entregado hasta separarse del propósito de Dios al crear al hombre como hombre —no como animal, sino como hombre—. Y el animal no busca más que la gratificación de sí mismo, la preservación de la vida, la satisfacción de sus apetitos. Al inyectar en ellos la infinitud, el resultado fueron las numerosas actividades o pensamientos confusos que ahora conocemos como apetitos. Sí, un perro puede aprender a fumar y un caballo a tomar azúcar, pero éstas no son inclinaciones naturales, sino la influencia del hombre sobre ellos.
>
> Todas estas formas, pues, adoptaron aquellas actividades en el ser físico de aquella gente. Este sacerdote, Ra-Ta intentó erradicarlas de forma parecida a lo que hoy en día se llamaría hospitalización. Cuando las personas —por no aplicar correctamente las leyes físicas— han permitido el desarrollo de bultos, tumores, cánceres, piedras en varias partes del organismo —entonces hay necesidad de tomar medidas operativas para eliminar las excrecencias de determinados caracteres por todo el sistema—. En aquel tiempo, tenían más la forma de actividades que eran manifestaciones exteriores. Ahora han amainado poco a poco, desde luego; sin embargo, ilustran el carácter de las cosas que se intentaban entonces erradicar. No es que fuera la pura, pura verdad, sino que era lo mejor que sabían hacer en aquella época.» (N.° 2072-8.)

En otro mensaje, para una mujer de 53 años que estaba escribiendo un libro sobre estas anormalidades, Cayce añadió que la cirugía no era el único medio de resolver los apéndices animales.

> «También estaba la preparación de la gente a través de la lectura y de la aplicación de las leyes dietéticas para lograr que estos apéndices fueran gradualmente desprendiéndose por completo de determinados tipos de individuos. Sólo los tenían aquellas personas que se habían mezclado con las formas mentales ¿sabe?.» (N.° 2067-6)

Otro mensaje decía que una princesa libia de diecisiete años, llamada Ai-Si, conoció a Ra-Ta cuando éste estaba exiliado en su país.

Durante ese tiempo parece ser que el sacerdote estaba ensayando algunos de los métodos que se habrían de usar luego en el Templo Hermoso y en el Templo del Sacrificio. La princesa se hizo adepta enseñando danza, música y nutrición. Había pasado por un proceso de purificación y había aprendido muchas lecciones para poder enseñar lo mismo a otros. A medida que amplió sus estudios, se convirtió en lo que hoy llamaríamos una especialista en nutrición, experta en todos los aspectos de la preparación de los alimentos. También fue una de las primeras arpistas y enseñaba a otros ritmo y danza en las ceremonias del templo.

Nuestro Templo Hermoso actual no es una réplica de aquél. No parece haber necesidad hoy día de realizar una tarea como la de entonces. Pero sí hay parecido con la música, la nutrición, la danza y la meditación que se practicaba en aquellos tiempos. Y decimos a nuestros participantes que el verdadero Templo Hermoso es su propio cuerpo. Ahí es donde se encuentran con lo Divino dentro de ellos.

El Templo del Sacrificio de nuestros tiempos está allí donde la gente pone sus cuerpos en el altar llamado mesa de operaciones y dejan al sacerdote extraerles la vesícula, el apéndice o el útero. Y mientras tanto, si sus deseos van en la dirección correcta, se curarán.

Animamos a todos los participantes en nuestros programas a que estén abiertos a recibir *flashes* de vidas pasadas que puedan entrar a veces en su consciencia, pues sabemos que todos necesitamos mirar al pasado para comprender y debemos, como dijo Cayce, mirar al futuro con esperanza. Pero cuando conectamos con una encarnación anterior en la que nos beneficiamos mucho ayudando a los demás, se despierta nuestra capacidad de saber lo que realmente supimos en aquella experiencia, de modo que esa búsqueda pueda ser valiosa para nosotros en el presente.

Otro individuo que tuvo una encarnación en el Egipto de aquellos tiempos recibió una respuesta que puede ser profundamente significativa para cada uno de nosotros si nos lo tomamos en serio. Cayce dijo:

> «Todo el conocimiento —entonces, ahora o en el futuro— está latente en el ser —con sólo que el hombre empezara a comprender—. El sello, la imagen del Creador forma parte de la herencia de

cada alma. Por tanto, todo el conocimiento que ha existido es parte de la experiencia del alma. La entidad aquí presente buscó ese conocimiento en su ser, por su experiencia de desdoblamiento.» (N.° 2533-4.)

En un mensaje posterior dado a la persona que había sido Ai-Si, la princesa libia asociada con Ra-Ta, se le dijo más sobre lo que había hecho en los templos, pues trabajaba en ambos. Tenía la habilidad de sintonizar, con la música de su viola, con las fuerzas destructivas de la naturaleza y extinguir esos deseos que separan a los seres humanos de las fuerzas creativas. Su uso de la danza en el movimiento del cuerpo en cada movimiento que creaba esa sintonía, ayudaba a aquellos que querían librarse de la naturaleza animal, proporcionándoles un elevamiento, un movimiento de las fuerzas creativas en el camino de «aquello que está insertado en el interior del hombre como cordón vital que, si se rompe, trastorna el equilibrio entre la mente, el cuerpo y el alma». (N.° 2533-6.)

En el Templo Hermoso, la danza y los encantamientos que usaba producían cambios interiores para que se produjeran una suerte de «sonido como de muchas aguas; o como las estrellas de la mañana en su circuito alrededor de la tierra cantan la gloriosa entrada de la luz en la experiencia del hombre para elevarlo a su unidad y a su sintonía con las bellezas de la llegada de los hijos de los hombres a la tierra, para que Dios, en su Unidad de Intención pueda traer tales actividades con los hijos de Dios como expiación de los fines de aquellos en la tierra».

En muchos sentidos, aún necesitamos conseguir dentro de nosotros mismos un mayor equilibrio entre la mente, el cuerpo y el alma para poder curarnos. La meditación, la oración y la danza creativa, así como los cánticos, pueden ser todos útiles en un Templo Hermoso moderno. Pero la mejor forma de reencontrar la salud es a través de nuestras relaciones, ayudando a nuestros semejantes.

SEGUNDA PARTE

LA CURACION DEL CUERPO

5

LA CURACION A TRAVES DE LA DIETA

Unas tres horas después de la llegada de los participantes del Programa del Templo Hermoso a Oak House, participan de su primera comida juntos. A partir de ese momento, uno de los principales temas de conversación es la comida.

La base de todas las comidas que se sirven en Oak House es que los alimentos son los mejores que se pueden encontrar. Son lo más frescos posible, se cocinan bien y se sirven de forma que deleitan el paladar y la vista.

Hace algunos años, desarrollamos en la clínica una dieta básica (ver cuadro en Anexo) a partir de la información sobre nutrición hallada en los mensajes de Cayce. Para cualquiera que acuda a la clínica en busca de tratamiento, la dieta es siempre parte de nuestro programa terapéutico. Puede tratarse de un simple cambio de frituras a alimentos asados o a la parrilla, o puede tratarse de añadir una ensalada verde fresca al régimen habitual. El dejar de comer para adelgazar es para algunos de suma importancia. Ocasionalmente se necesita engordar. Otros, que han desarrollado cáncer o candidiasis, reciben dietas especiales. O podemos encontrarnos con que el paciente ya está siguiendo una dieta constructiva en su situación especial.

Sin embargo, siempre señalamos que lo que uno ingiere es su nutrición continuada. Y eso, junto con lo que bebemos, nos hace realmente ser lo que somos. Por tanto, la dieta es muy importante.

En la dieta básica se pueden simplificar las sugerencias. El seguir la dieta no tiene que ser un proceso laborioso. Y esto se podría aplicar a casi cualquier estado de enfermedad en el cuerpo humano:

1. Nada de frituras (excepto ocasionalmente, *bacon* muy frito).
2. Nada de harina ni de azúcar blanca.
3. No combinar cereales y productos cítricos en el desayuno.
4. Tomar de almuerzo una buena ensalada verde, ligeramente aliñada. Añadir sopa si se desea.
5. Comer pescado, productos avícolas o cordero para obtener proteínas. No comer cerdo, y sólo ocasionalmente vaca.

Ninguna dieta, claro, se puede aplicar universalmente, y ni siquiera en el propio país. Probablemente se debe recordar lo que indicó Jesús a sus discípulos cuando les envió a predicar. Les dijo que comieran lo que les dieran —que ninguna comida era mala, pues es parte de la creación de Dios—. Lo que sale de la boca es más importante que lo que entra, pues la comida va al vientre y acaba por salir, pero lo que sale de la boca sale del corazón. Y ahí es donde guardamos nuestras iras, nuestros prejuicios, nuestros remordimientos, nuestros celos, y esas otras cosas que se acumulan en nuestra mente inconsciente, listas para salir cuando queremos rebelarnos contra alguna de las leyes de la tierra o de los cielos; o cuando una vez más actuamos en función de la parte animal de nuestra naturaleza para sobrevivir o para vengarnos o simplemente para salirnos con la nuestra.

Así pues, esta dieta básica y sus variaciones (recordando siempre que habrá veces en que nuestra voz interior nos tendrá que guiar en temas de alimentación) se convierten en la forma en que trabajamos con la alimentación con nuestros pacientes, tanto en los programas como en la sección ambulatoria.

Cuando tenemos pacientes de cáncer en la clínica, generalmente les iniciamos en una dieta que es una variación o una versión relajada de la dieta que Cayce sugirió para varias personas con cáncer. Les dijo que comieran lo que comería una vaca o un conejo. A veces, los pacientes seguirán un programa tan nutritivo.

A una señora que acudió a la clínica desde Virginia se le había diagnosticado un cáncer de recto. Se le aconsejó la cirugía: una resección abdomino-perineal, que extirparía el intestino grueso desde la mitad del colon descendente y todo el recto, dejándola con una colostomía abdominal permanente. Como A.T.S., sabía lo que esto significaba y se negó a operarse.

También conocía el trabajo de Cayce y se trasladó a Phoenix durante trece meses para aplicarse las terapias que él sugirió. La parte más difícil del tratamiento era la dieta, pues dependía de ella. Las demás terapias, tales como masaje, colónicos, trabajo de sueños, etcétera, se las hacían otros.

Empezó una dieta de verduras frescas y crudas sin aliño, y té de hierbas con agua, nada más en casi nueve meses. Su peso bajó de 68 kilogramos a 55 y se estacionó ahí. Ese era su peso basal. Cuando se hizo a la idea de que a las vacas y a los conejos les encanta esa clase de alimentos, a ella también podían gustarle si quería. Después de nueve meses, fue aumentando su ingesta de alimentos crudos para incluir arándanos y luego otras frutas. Poco después añadió también verduras cocidas.

Durante este tiempo tuvo muchos sueños alentadores que le ayudaron mucho.

El cáncer se fue aislando, se hizo peduncular (casi como un pequeño apéndice) y pudo ser eliminado simplemente por la aplicación de nitrato de plata en la zona, dos veces, por un cirujano. Esto ocurrió en 1968 y hoy se encuentra aún perfectamente.

Siempre empezamos nuestro programa de terapia por la dieta. Nada, salvo las relaciones humanas, nos ocupa más tiempo o interés. Todos dormimos de seis a ocho horas todas las noches, pero generalmente no somos conscientes de lo que ocurre mientras dormimos —sólo nos surge a veces en sueños—. Pero alimentamos nuestros cuerpos tres veces al día o más e invertimos mucho tiempo y cuidados en la preparación e ingesta de estas sustancias que se convierten en un almacén de energía para mantenernos sanos y reconstruir todos los tejidos del organismo.

Una mujer de veintitrés años llegó hace bastante tiempo a nuestro programa del Templo Hermoso diagnosticada de *lupus eritematosus* que no había respondido al tratamiento. Se le prescribió, al inicio del programa, una dieta altamente alcalina y la siguió al pie de la letra. Rara vez se puede aislar una sola terapia como agente de los cambios producidos en el organismo, pero en ella, probablemente, fue la dieta lo que constituyó el factor dominante en su respuesta. No tomaba medicación alguna pero, naturalmente, participaba en todas las demás terapias del programa, tales como la meditación diaria, el uso de compresas de aceite de ricino, terapia de grupo, tratamiento electromagnético, masaje, visualización diri-

gida, sesiones de música y color y estudio de los sueños. Pero debemos insistir en que la dieta era primordial en su caso.

¿Qué sucedió? Al principio del programa, los resultados de sus pruebas de enzimas en sangre eran tan llamativamente anormales que se le repitieron diez días más tarde. Estos fueron los resultados:

	17 julio	27 julio	Normal
Fosfatasa alcalina	487 U/L	157 U/L	30-115
GGT	146 U/L	65 U/L	0-45
SGOT	760 U/L	39 U/L	0-41
SGPT	280 U/L	53 U/L	0-45
LDH	700 U/L	431 U/L	100-225

Aquellos que estén familiarizados con resultados de laboratorio pueden apreciar los cambios que se ilustran. Mostraron que el hígado estaba funcionando mucho mejor el 27 de julio que diez días antes. Una respuesta tal no es sólo rara, sino bastante sorprendente y gratificante para el paciente y para el médico.

El alimento que recibió contenía los elementos necesarios para reconstruir partes de su cuerpo para un adecuado funcionamiento. Diez días después se acercaban al equilibrio normal. Se trata siempre de encontrar el equilibrio, y su dieta era simplemente la dieta básica seguida al pie de la letra.

Otra paciente de cáncer acudió a nosotros dos meses después de haber sido operada de cáncer de la lengua y de haber encontrado ya un nódulo linfático con metástasis de células cancerosas. Se le aconsejó seguir en tratamiento tras la operación, pero optó por venir primero al programa del Templo Hermoso.

Se le indicó que redujera su consumo de café a una taza al día y que dejara el alcohól por completo; estaba tomando más de dos cervezas diarias.

Se le puso una dieta de cáncer modificada a la que se ciñó con cierta resistencia. La lesión y el nódulo afectado habían sido eliminados, así que su estado general era bastante bueno. Se fue a casa convencida de que se iba a recuperar por completo y que no tendría ninguna recaída.

Los chequeos con sus médicos no mostraron ninguna recaída en los meses siguientes a la operación. Cuando se la reconoció de

nuevo en la clínica dos años después de su primera visita, había engordado un poco pero estaba en buen estado de salud. Se le habían producido úlceras en la boca por indiscreciones dietéticas. Aún estaba tomando alcohol, aunque en pequeñas cantidades. Su colesterol había aumentado un poco y había empezado a medicarse para controlar su tensión, cosa que quería dejar, y su glucemia, así como su ácido úrico, eran ligeramente altos. No había nada realmente notorio, pero el hecho de cambiar su forma de vida y su dieta le habían causado algunos problemas. Su historia demuestra, sin embargo, que es necesario continuar la terapia constructiva en el cuerpo hasta que la parte emocional y mental de uno mismo se equilibre y empiece a ser curativa.

La dieta es el factor predominante en la regulación del nivel de colesterol. Los triglicéridos en sangre se registran generalmente con el serocolesterol como indicadores de la tendencia (o no) al endurecimiento de las arterias con la consiguiente enfermedad cardíaca o infarto. Se ha investigado mucho sobre la relación entre estas enfermedades y la cantidad de sustancias grasas en sangre.

Hace varios años me llamaron la atención tres casos de un cambio bastante notable en los niveles de triglicéridos en sangre en mis pacientes de la clínica. Uno presentaba cambios por la dieta en un período de cuatro meses; los otros dos presentaban cambios en sólo cuatro días.

La mejoría más notable se observó en un hombre de treinta y cuatro años cuyo peso de 95 kilogramos excedía con creces él correspondiente a su altura de un metro ochenta. En octubre de 1984, su nivel de triglicéridos estaba en 754 (lo normal oscila entre 100 y 200). Se le indicó que redujera su consumo de alcohol de tres cervezas al día a una o ninguna, a ser posible, que redujera el café de ocho tazas a dos diarias, que adoptara una dieta de pocas grasas y añadiera niacina, vitaminas C y E, y zinc a su régimen diario. Y se le aconsejó hacer ejercicios de *aerobic*.

En cuatro meses, sus triglicéridos habían pasado de 754 a 235 —aún un poco altos pero notablemente mejor—. Su serocolesterol había bajado de 223 a 190, pero sólo había adelgazado 1,8 kilogramos. Había cambiado poco su dieta, sólo lo suficiente para modificar los resultados inquietantes de sus análisis de sangre, pero no lo suficiente para adelgazar lo que debía.

Los otros dos casos eran los de un hombre y una mujer que parti-

ciparon en nuestro programa del Templo Hermoso. A ambos se les asignaron dietas que concordaban estrictamente con las sugerencias de los mensajes de Cayce. El primer lunes de su estancia de nueve días en el programa se les tomaron muestras de sangre en ayunas, que se repitieron ese viernes, igualmente en ayunas.

La mujer, que no había tomado pescado, productos avícolas ni proteínas de cualquier otro tipo durante esos cuatro días, registró un descenso en sus triglicéridos de 497 a 184. El hombre, que sí había tomado pescado y productos avícolas en esos cuatro días, sólo registró un descenso en su nivel de triglicéridos de 237 a 188. Yo digo a mis pacientes que es preferible tener un nivel de triglicéridos de 100 o menor, aunque la mayoría de los laboratorios consideran como normal una cantidad inferior a 150 miligramos. Por tanto, los dos estaban aún por encima de lo normal, pero con gran mejoría.

El Instituto Nacional del Cáncer en Washington ha informado de que el 60 por 100 de cánceres en mujeres y el 40 por 100 de los cánceres en hombres se deben a los hábitos alimenticios. El Instituto recomienda la eliminación de las grasas, los alimentos procesados y el consumo excesivo de carne, a la vez que recomienda el consumo de mucha verdura, fruta, pescado y productos avícolas. Es la misma dieta básica que han preconizado los mensajes de Cayce durante casi 75 años. Los investigadores sugieren también aumentar las vitaminas A y C en la dieta, así como el selenio. Creo que es obvio que una dieta que previene el cáncer es a la vez mejor para la salud general y para evitar cualquier enfermedad.

La información sobre lo que puede dar salud al cuerpo, si no impresa, afortunadamente no está limitada ni censurada. Parece ser algo que se percibe intuitivamente, una forma mental, una realidad que entonces pasa a estar disponible para otras mentes —a veces en todo el mundo—, especialmente para aquellos que la buscan. Una mujer que no estaba en ninguno de nuestros programas me escribió sobre un amigo japonés cuyo hijo de 11 años había desarrollado un gran tumor maligno en la cabeza. Había recibido quimioterapia que le había dañado mucho su salud general y le había hecho perder el pelo. La madre del niño oyó hablar de las ventajas de los alimentos crudos.

> «Un día sí y otro no, compraba diez cajones de verduras frescas y crudas (zanahorias, apio, coles, berzas, etc.) y los lavaba y secaba

cuidadosamente. Cada día hacía zumos con el contenido de cinco cajones y se los daba a su hijo.

Al chico no le gustaban mucho algunos de los zumos pero se los tenía que tomar. También le daba arroz integral, requesón de soja y a veces zumo de manzana recién hecho (y nada de carne ni productos lácteos). El resto de la familia se opuso y protestó, pero ella siguió adelante con esta dieta.

Un mes después, el niño mostró cierta mejoría, y dieciocho meses después el tumor había desaparecido. El niño fue examinado de nuevo por sus médicos y no hallaron ni rastro de cáncer ni de tumor. Por tanto, el niño volvió al colegio y hasta pudo entrar en el equipo de atletismo.»

Puedo atestiguar el valor de las verduras en zumo. Los administramos habitualmente a todos nuestros pacientes de cáncer en nuestros programas especiales. Se les da sin siquiera preguntarles.

Las almendras son otro alimento básico que recomendamos. Siempre hay almendras en la mesa del desayuno en Oak House para cualquiera que desee tomar. Cayce indicó su valor alimenticio, así que las tenemos siempre disponibles. Otra historia que me llegó en una carta trata de almendras y tumores. Este tumor aparentemente no era maligno, aunque no se realizó biopsia. «En 1975», relata Bill Donato,

«me encontré un bulto en la espalda. Preocupado, acudí a mi médico de cabecera, quien me dijo que el bulto en mi columna era un "tumor adiposo" y, por tanto, benigno. Dijo que la única razón para extraerlo sería por motivos estéticos. Me había resignado más o menos a una operación en el plazo de unos pocos meses. Había leído lo que se decía en los mensajes de Edgar Cayce sobre las almendras y pensé que no tenía nada que perder, ya que el tumor parecía estar creciendo. De perfil, me recordaba a un huevo de ganso.

Empecé a comer almendras para desayunar hasta que llegué a comer unas 40 todos los días. Después de un tiempo, no parecía crecer más. Tras unos siete a nueve meses, me pareció que el tumor había disminuido. Mi madre me lo confirmó. Siguió encogiendo. A todos los efectos, desapareció unos pocos meses más tarde. A veces me resulta difícil hasta encontrar dónde estaba.

Durante este tiempo, lo único que cambió en mi vida fue añadir almendras a mi dieta y a veces zumo de uva. El zumo de uva se mencionaba también en uno de los mensajes... El tumor parecía encoger más deprisa cuando tomaba las dos cosas.»

En Oak House, usamos también tés de hierbas, tales como los *pau d'arco* sudamericanos, el «té de chaparral» del desierto del suroeste americano y varios otros. También hemos usado trigo salvaje y brotes de cebada para aquellos que padecen cánceres.

Como la curación se logra despertando a las células a su origen divino, intentamos aprovechar todas las sustancias que llevan a este fin.

A cada individuo que me llega con algún indicio de dolencia cardiaca se le aconseja tomar algo de aceite de oliva todos los días. El aceite de oliva se ha usado para gran beneficio de todas las poblaciones donde se produce, básicamente en los países mediterráneos. En aquellos países en los que forma parte de la alimentación básica, se da una tasa notablemente inferior de enfermedad coronaria en comparación con los demás países europeos.

Un profesor de medicina y bioquímica de la Universidad de Texas, en Dallas, el doctor Scott Grundy, ha hallado que el aceite de oliva, un producto graso monoinsaturado, presenta grandes ventajas en relación al grupo conocido como poliinsaturados —aceite de maíz, de soja, de girasol y otros—. El efecto que tienen sobre el organismo los poliinsaturados es el de eliminar la lipoproteína de alta densidad (HDL) que es beneficiosa para la protección del organismo, al tiempo que elimina la lipoproteína de baja densidad (LDL), perjudicial para el mismo.

El aceite de oliva, por el contrario, manda el LDL al hígado para su detoxificación, a la vez que aumenta selectivamente el HDL. Otro beneficio estriba en su grado de saturación. Al ser monoinsaturado, el aceite de oliva es menos vulnerable a la oxidación que los aceites poliinsaturados, reduciéndose así su tendencia a volverse rancio, incluso en la sangre. Esto lleva a una menor formación de moléculas inestables o radicales libres, como se les denomina, que se cree constituyen una causa importante del cáncer.

Tanto los niveles de HDL como los de LDL se usan muy a menudo para predecir la posibilidad de enfermedad cardiaca. Cuanto más HDL y menos LDL haya en sangre en relación al nivel de colesteról, menos posibilidades existen de sufrir un ataque al corazón. En algunos laboratorios se denomina a esto «perfil de riesgo coronario».

Cayce sugirió que el aceite de oliva se tomara en dosis muy pequeñas, una cucharadita de café cada tres o cuatro horas, según la

dolencia. Recomendó el uso de aceite de oliva como parte del tratamiento de debilidad general donde era necesaria la producción de sangre. Sugirió también su uso para problemas de asimilación y eliminación, para el exceso de acidez en el estómago y tracto intestinal y para colitis, anemia, epilepsia y tendencias al cáncer y tumores.

Siempre es interesante observar cómo Cayce podía ver lo que pasaba dentro del cuerpo en su funcionamiento fisiológico. Siempre se orientaba hacia devolver el cuerpo y sus sistemas a un estado más normal. Los mensajes siguientes ayudan a entender lo que sugería. A una mujer que sufría de una debilidad general y necesitaba producir más glóbulos rojos, Cayce le dijo:

> «Le aconsejaríamos una dieta fácilmente asimilable. Debería tomar tanto aceite de oliva como pudiera asimilar en dosis muy pequeñas. Se puede tomar una cucharadita de las de café dos, tres, cuatro, cinco veces al día.» (N.° 3842-1.)

Para un hombre que tenía problemas de asimilación, eliminación y exceso de acidez, Cayce recomendó:

> «Dosis muy pequeñas de aceite de oliva. Se deben tomar a menudo. Dosis muy pequeñas significa dos, tres, cuatro o cinco gotas cada vez y no más. Eso es lo justo para producir aquellas actividades en el flujo gástrico a lo largo de todo el esófago hasta la parte superior del estómago, de forma que las actividades con el mismo harán que el alimento estimule las paredes del tracto digestivo y todo ese sistema.» (N.° 843-1.)

Cayce dijo que «el aceite de oliva en *pequeñas* cantidades era *siempre* bueno para todo el sistema intestinal» (N.° 846-1.) También dijo que «el aceite puro de oliva, una cucharadita de las de café dos veces al día... mejoraba la digestión y la actividad del hígado en el sentido de la producción de glóbulos rojos.» (N.° 5604-1.)

Las dosis pequeñas ayudan al tracto intestinal a mejorar su funcionamiento. Se recomiendan dosis mayores tras la aplicación de una serie de compresas de aceite de ricino sobre el estómago. A mi entender, sirve para estimular que el hígado y la vesícula expulsen mejor su contenido, después de que estos órganos hayan sido «despertados» por la aplicación de compresas de aceite de ricino.

También es probablemente razonable suponer que el mejor fun-

cionamiento del sistema de asimilación creará salud en el torrente sanguíneo, en los procesos de eliminación y en la circulación en general. Debemos recordar que la coordinación dentro del organismo siempre tiene que ver con la consciencia y el proceso de mantener el equilibrio y la cooperación.

Se puede, generalmente, desarrollar una dieta con las ideas ofrecidas hasta el momento. Se encontrarán dos ejemplos en el Anexo. En la Bibliografía se citan lecturas adicionales recomendadas sobre las ideas de nutrición y dieta que aparecen en los mensajes de Cayce. No hay nada más básico para una buena salud y curación que los alimentos que elegimos cada día.

6

EL EQUILIBRIO ACIDO-ALCALINO

En todos los sistemas del organismo, en todas las funciones orgánicas debe haber un equilibrio para lograr un estado de salud o de razonable compensación. Es también deseable lograr un equilibrio entre los componentes ácidos y alcalinos del organismo.

El equilibrio entre estas dos sustancias importantes se expresa como el pH de la sangre, la concentración de iones de hidrógeno. El factor pH indica si un tejido o fluido se inclina hacia el lado ácido o alcalino. Un desequilibrio en el sentido de una mayor acidez puede causar muchos trastornos. Recientemente trajeron a la clínica a una niña de diez meses que había sufrido ya numerosas hospitalizaciones por infecciones repetidas del tracto respiratorio. Dormía mal por las noches, y la madre estaba desesperada. Los antibióticos no servían para nada más que para producirle afta —una infección de hongos que produce una capa blanca sobre la lengua.

La doctora Gladys, entonces de guardia en la clínica, le dio a la madre consejos estrictos sobre la dieta a seguir: alimentos alcalino-reactivos, pocos dulces o féculas y nada de leche por el momento. Casi inmediatamente, el sueño de la niña empezó a mejorar y empezó a sufrir menos episodios de problemas de tracto respiratorio superior y más leves. En unas pocas semanas, el aspecto y conducta de la niña era normal —no más viajes al hospital y menos problemas de garganta y pulmones.

La dieta que la doctora Gladys le había recomendado creó un estado más alcalino en el organismo de la niña. Como Cayce mencionó a menudo, si la dieta es más alcalina, es más difícil coger catarros e infecciones.

Para cuando la gente del programa del Templo Hermoso se

reúne para desayunar el primer día, ya han tenido dos comidas y quieren hacer preguntas sobre qué alimentos elegir. Surge la pregunta sobre alimentos ácidos y alcalinos. ¿Qué alimentos son ácidos y cuáles alcalinos? Las listas que siguen ofrecen una respuesta sumaria:

Alcalinos	Acidos
Verduras	Féculas
Frutas	Azúcares
Zumos de frutas y verduras	La mayoría de las carnes
	Grasas

(La leche no es ni lo uno ni lo otro o ambos.)

Para cada regla hay siempre excepciones. No se debe tomar esta lista como algo absoluto, sino como unas líneas generales. Los cítricos, por ejemplo, contienen mucho ácido cítrico, pero en el organismo reaccionan de forma alcalina. La leche puede variar en su reacción según la cantidad de nata que contenga. Un librito titulado *Alimentos que preservan la reserva alcalina* es una buena guía para esta información (ver Anexo).

El combinar distintos alimentos complica las cosas. Cayce sugiere que la combinación de ciertos alimentos, tales como azúcares y grasas, puede crear más acidez en el sistema que cada una por separado. En palabras de Cayce, una buena dieta no consiste en un equilibrio de mitad alimentos ácidos, mitad alcalinos, sino en «un veinte por ciento de alimentos productores de ácidos y un ochenta por ciento de alimentos alcalino-reactivos». (N.° 1523-3.) Aquellas personas que realizan un trabajo duro o practican mucho deporte pueden tolerar más ácidos que los que llevan una vida más sedentaria. Cayce lo explicó de la siguiente manera:

> «Pues para todos los cuerpos, cuantas menos actividades físicas o manuales se realicen, más alimentos alcalino-reactivos se deben consumir. Las *energías* o actividades pueden quemar ácidos, pero aquellos que llevan vidas sedentarias o inactivas no pueden tomar dulces o demasiadas féculas, sino que éstos deben estar bien equilibrados.» (N.° 798-1.)

Una y otra vez, para diversos estados, Cayce sugirió que la dieta habitual estuviera compuesta en gran medida por verduras que crecen debajo de la tierra, así como las de hoja, junto con frutas y nueces.

Uno de los beneficios más notables de mantener la alcalinidad es la prevención de enfermedades. A la pregunta acerca de la inmunización contra enfermedades infecciosas, contestó: «Si se mantiene la alcalinidad en el sistema —especialmente con lechuga, zanahorias y apio, al llegar al torrente sanguíneo, éstas mantendrán un estado tal que inmunizará al sujeto.» (N.° 480-19.)

Estos consejos de favorecer la alcalinidad de la dieta no deben ser llevados al extremo. Como dijo Cayce:

> «Esto no implica que no deban incluirse nunca alimentos productores de ácido en la dieta, pues un exceso de alcalinidad es mucho más perjudicial que una pequeña tendencia ocasional hacia la acidez. Pero recuerde que el cuerpo tiene tendencia a ser afectado por catarros y congestiones y esto no puede darse en un medio alcalino.» (N.° 808-3.)

De estos comentarios se deduce que el mantener un debido equilibrio en el cuerpo físico entre los alimentos que se ingieren no es un tema trivial. Consideremos lo que ocurre en el organismo de un joven que se alimenta principalmente de bebidas gaseosas, batidos, hamburguesas, caramelos, tartas y helados, más cereales y leche por la mañana. Siempre hay una reacción en el cuerpo a la dieta que se sigue. Así, tarde o temprano, según las actividades del cuerpo y las tendencias naturales a mantener la salud, el cuerpo se resentirá.

¿Por qué una dieta alcalina?

¿Por qué debe preferirse una dieta alcalina a una ácido-reactiva? ¿Qué ocurre en el cuerpo humano cuando se asimilan alimentos de una u otra naturaleza? ¿Qué impacto tiene esto sobre el torrente sanguíneo, por ejemplo? ¿O sobre el sistema inmunológico? ¿O sobre el tracto digestivo? ¿Es la dieta el único factor que influye en todas estas partes funcionales del ser humano? O ¿pueden

los pensamientos y emociones, las reacciones a situaciones, jugar un papel en la creación de acidez? ¿Ayuda el ejercicio a mantener el equilibrio? ¿Y el sueño? ¿Puede una sonrisa alterar el pH de los tejidos o fluidos del organismo?

Aunque la ciencia médica no puede responder a estas preguntas —o ni siquiera se ha planteado todas—, nosotros en la clínica sí hemos hallado respuesta satisfactoria para la mayoría de ellas. Son satisfactorias porque nos sirven en nuestros tratamientos. Al contestar a preguntas de personas que acudían a oírle, Cayce se planteaba siempre: «¿Cómo se podría tratar a esta persona para que pudiera recuperar la salud?» Esa es la actitud clínica, pero Cayce lo hacía sabiendo que son las células y los órganos del cuerpo los que deben realizar el trabajo de mantener y realzar la vida en este organismo que llamamos cuerpo humano.

Por tanto, debe tenerse en cuenta el medio en el que se encuentran esas células, órganos y sistemas; el entorno de estas partes debe conducir a la vida y a la salud, o su efecto será el contrario. Uno no puede vivir por mucho tiempo en un ambiente inmundo y no salir afectado. El pH de la sangre, la linfa y las células de todo el cuerpo son, por tanto, una parte principal del medio interno.

Quizá la respuesta más inmediata a la pregunta de ¿por qué una dieta alcalina? sea: que beneficia al sistema inmunológico, que es la protección de todo el organismo. La evidencia clínica apoya esta teoría. La dieta que recomienda la Sociedad Americana contra el Cáncer (American Cancer Society) como factor preventivo del cáncer es una dieta alcalino-reactiva.

Cuando se adopta una dieta como la sugerida por Cayce, se refuerza el sistema inmunológico y se fortalece, de forma que uno ya no contrae las enfermedades que solía contraer cuando se alimentaba de carnes y patatas con salsas y pan y pasteles y helados para postre.

El sistema inmunológico contiene la glándula del timo como pieza maestra de todo el sistema y las estructuras linfáticas como las amígdalas y adenoides, el apéndice, los islotes de Peyer y los nódulos linfáticos distribuidos por todo el cuerpo. Otras partes del sistema inmunológico son el hígado, el bazo, la médula ósea y todos los vasos linfáticos con sus contenidos. El torrente linfático no sólo contribuye a defender el organismo, sino que también transporta hormonas de todas las células productoras de hormonas. Las glándulas

linfáticas también constituyen el primer paso en la eliminación, transportando los productos de desecho de cada célula a las grandes venas del organismo, y, por tanto, al torrente arterial, y finalmente a los cuatro órganos de la eliminación: el tracto biliointestinal, los riñones, los pulmones y la piel. Todos juegan un papel en la limpieza del organismo.

Las glándulas linfáticas constituyen una estructura definida del organismo, diferente del sistema circulatorio, donde las arterias terminan en capilares arteriales que se convierten en capilares venosos, luego en venas más grandes, hasta que la sangre llega al corazón, pasa a los pulmones y sale de nuevo, reciclada, por las arterias, a todo el cuerpo. El sistema linfático es distinto. Un esbozo de éste mostraría la continuación de los capilares arteriales y luego venosos que fluyen por los espacios extracelulares, parcialmente llenos de tejido intersticial (generalmente hay suficiente espacio libre para permitir el paso a linfocitos investigadores), cerca de la célula o células a las que proporcionan sustancias de vida tales como el oxígeno y las moléculas de alimento. La linfa es como ríos que nacen lejos de su destino. A diferencia de la sangre, la linfa fluye sólo en una dirección. Los ríos comienzan por una gota de agua que cae en la montaña que se une a otras gotas y arroyos para formar riachuelos, o puede comenzar como el río Mississippi, surgiendo de las entrañas de la tierra y uniéndose a otros riachuelos para formar finalmente un río.

Los capilares linfáticos empiezan como pequeños sacos, abiertos sólo por un lado, y continúan como vasos, tomando fluido de los espacios intersticiales del organismo. Los pequeños vasos se unen y se van haciendo más grandes hasta que todo el torrente se vacía en el equivalente orgánico del golfo de México: las grandes venas situadas directamente encima del corazón.

La linfa proporciona al cuerpo protección, actúa como un mensajero que lleva hormonas y mensajes químicos de las células de todo el cuerpo a otras células, y además realiza una función esencial de eliminación.

Para aquellos que deseen estudiar a fondo el sistema linfático, *El sistema linfático y la circulación linfática,* escrito por tres investigadores en Budapest, presenta una información exhaustiva sobre la investigación llevada a cabo a lo largo de tres siglos. También inclu-

ye una amplia bibliografía. Se pueden encontrar los detalles en la Bibliografía al final de este libro.

Cuando abusamos de productos ácidos, el sistema linfático tiene que hacer frente a ello. El torrente sanguíneo tiene un pH de 7,34 y la linfa de 7,41. Estos niveles son bastante constantes, pero aparentemente la sangre tiene prioridad en cuanto al mantenimiento de su nivel. A la linfa le quedan los desechos de la sangre. Por tanto, si se consume una dieta muy ácida, y gran parte de este ácido es absorbido por el torrente sanguíneo, la sangre tiene que hacer algo con ello. De modo que lo pasa a la linfa, luego a las células o a los canales orgánicos de eliminación.

Si esto se convierte en una situación crónica, y las células del cuerpo se hacen excesivamente ácidas, la linfa se sobrecarga y desciende su pH. Entonces la capacidad inmunológica de los linfocitos y de otras sustancias protectoras del organismo queda alterada por el cambio en la acidez de su medio y, por tanto, disminuye la resistencia de todo el cuerpo a toda clase de organismos que pueden causar entonces dificultades. Al mismo tiempo, las células con un pH más bajo (por ejemplo, exceso de acidez) no funcionarán con normalidad. Pueden entonces «volverse locas», en cierto modo, y volverse malignas. Todavía no hemos respondido completamente a la pregunta de por qué una célula normal del cuerpo se vuelve maligna e intenta destruir al resto del cuerpo. En algún lugar del cuerpo, la consciencia ha sufrido evidentemente un cambio y la causa puede haber sido el medio.

Podemos, desde luego, hacer algo para remediarlo. El ejercicio es una buena manera de elevar el pH del cuerpo porque quema parte de los desechos acumulados en él. El sueño adecuado ayuda a equilibrar el nivel ácido-alcalino del cuerpo. Estoy seguro de que una sonrisa —o cualquier respuesta emocional positiva— cambiará la salud y el equilibrio y el pH del organismo en cierto grado.

La mente consciente juega un papel, ya que puede usar la capacidad de elegir para crear condiciones nuevas en la parte funcional del organismo. Y hay sustancias médico-terapéuticas disponibles (antiácidos, por ejemplo).

Hace algunos años, cuando Gladys y yo estábamos en Virginia Beach asistiendo a una reunión, estábamos a punto de acostarnos cuando llamaron a nuestra puerta. Alguien sufría problemas físicos. Era una pareja con un bebé febril. La pequeña había estado tosien-

do, inquieta, y no podía dormirse. Era tarde, los padres no tenían medicación y querían saber qué podían hacer.

Teníamos sólo atomidina, glicotimolina y aceite de ricino. Elegimos la glicotimolina porque sabíamos que alcalinizaría el sistema del bebé para restaurarle su capacidad natural de recuperación. Dijimos a los padres que le dieran unas cinco gotas de la glicotimolina en agua cada tres horas.

La pequeña tomó una dosis y se durmió enseguida. Se despertó una vez por la noche, tomó otras cinco gotas de la glicotimolina y durmió de un tirón el resto de la noche. Por la mañana, no tenía fiebre ni tos, y siguió así el resto de la semana.

No hacen falta muchas experiencias como ésta para convencer a una mente curiosa de que el cuerpo se puede beneficiar por el mero hecho de alcalinizarlo un poco, pues tiene la habilidad de defenderse sin ayuda externa si se deja actuar a su sistema inmunológico.

7

EJERCICIO Y MEDITACION

Todas las mañanas, mientras dura el Programa del Templo Hermoso, nos levantamos pronto y preparados para hacer ejercicio. El ejercicio puede adoptar muchas formas, y en el Oak House lo orientamos hacia enseñar a cada participante que puede crear para sí mismo un programa de ejercicios para continuar en casa. A menudo, los ejercicios deben estar concebidos a medida de la capacidad física del individuo en cada momento. En un programa, por ejemplo, tuvimos a una mujer de veintitrés años, operada tres semanas antes de un cáncer de ovarios, que no podía hacer los mismos ejercicios que otra mujer de setenta años que no padecía dolencia alguna. Por tanto, nos tenemos que adaptar a los individuos.

Lo más importante del ejercicio es *¡hacerlo!* Se han creado en todo el mundo innumerables métodos de ejercitar los músculos y tendones y las articulaciones del cuerpo. Sin embargo, ningún método vale nada si no lo practicamos.

Una de las lecciones importantes que aprendí de mi trabajo con el material de Cayce es que el cuerpo tiene consciencia que puede destruir los efectos de un programa de ejercicios —sea cual sea—. Es decir, cuando se empieza un programa regular y se abandona, el cuerpo se rebela. Entonces puedes estar peor que cuando te sentías mal y querías empezar a hacer ejercicio.

Recomendamos a aquellos que acuden a nuestros programas que elijan una serie de ejercicios que crean que van a poder realizar todos los días sin dejar uno. No importa que el primer día hagas muy poco esfuerzo —hazlo y sigue haciéndolo todos los días—. Puedes añadir más ejercicios a medida que vas avanzando si te sientes bien así. Pero no seas demasiado ambicioso al principio, pues sólo te traerá problemas.

En términos generales, el mejor ejercicio para todo el cuerpo es andar, montar en bicicleta y nadar. Quizá es porque se ejercitan todos los músculos de una forma coordinada en cada una de estas actividades. La mayoría de la gente puede realizar al menos uno de estos en su vida diaria si lo desea. Recomendamos realizar uno de ellos todos los días, si es posible. Si para algunos esto es imposible, les enseñamos ejercicios que pueden hacer dentro de casa. Están pensados para mantener la columna flexible, pues el realizarlos mantiene los circuitos neurológicos más sanos y hace que la comunicación dentro del cuerpo sea más completa. Esto siempre lleva a una vida más sana y, sin duda, prolonga la vida al mismo tiempo.

Al primer ejercicio algunos lo llaman «el gran vaivén» y se hace de pie, separando los pies unos 30 a 40 centímetros, lo que resulte más cómodo. Luego, con los brazos bien extendidos hacia los lados desde los hombros, rotarlos lo más posible a la derecha y luego lo más posible hacia la izquierda. Repetir de diez a veinticinco veces, según lo que dicte el cuerpo, pero hacerlo *todos* los días a partir del primero. Al hacer el movimiento de oscilación, dejar que la cabeza gire casi *antes* de los brazos al balancearse. Eso hará más eficaz la torsión desde el cuello hasta el cóccix.

El segundo ejercicio está diseñado para doblar las vértebras en ambas direcciones lateralmente, de lado a lado. Así que de nuevo, de pie y con los pies separados unos 30 a 40 centímetros, inclinar el cuerpo a la derecha, inclinando también la cabeza pero sin girarla, siempre mirando para delante. Cuando se ha inclinado el cuerpo lo más posible hacia ese lado, volver a la vertical e inclinarse del mismo modo a la izquierda. Repetir este ejercicio tantas veces como el anterior y se podrá pasar al siguiente. Pero, primero, hay que darse cuenta de que el primer ejercicio tiende a rotar las vértebras unas sobre otras, mientras que el segundo simplemente dobla la columna lateralmente sin torsión. Ambos ejercicios tienen el propósito de hacer el cuerpo más flexible, especialmente la columna. Debemos recordar que la columna está apoyada y limitada por los músculos, los ligamentos y los tendones a los lados de la columna de vértebras. Estos se estiran y se mueven y se estimulan durante todo el tiempo que dura el ejercicio.

Al mismo tiempo, pueden irse disipando o gastando residuos de calcio que puedan haberse acumulado en partes de la columna. Esto no debe considerarse raro, ya que este material llegó a acumularse

allí por la inactividad del cuerpo. ¿Por qué no dejar que el cuerpo lo elimine?

El tercer ejercicio es el más corriente. De nuevo, en la misma postura con los pies separados, alzar los brazos y manos en línea recta. Ahora doblarse hacia delante para tocar las puntas de los pies con los dedos. Luego, al levantarse, llevar el tronco para atrás lo más posible (no demasiado), con los brazos aún alzados sobre la cabeza. Repetir este movimiento tantas veces como los anteriores y con éste terminan los «tres grandes».

Estos tres ejercicios le darán a toda la columna un masaje interno revitalizador que beneficiará al cuerpo entero. Es bueno pensar en esto cada vez que se hacen los ejercicios. Pero se debe tener cuidado a la hora de fijar el número de veces que se van a hacer para comenzar —no se debe ser demasiado optimista—. No hay nadie contando. Simplemente se está mejorando el cuerpo para hacerlo un mejor templo en el que encontarse con la presencia de Cristo a través de las meditaciones y oraciones.

Hay otros ejercicios que se pueden hacer también dentro de un programa. Uno es un ejercicio de cabeza y cuello que usamos para prepararnos para la meditación. Eso se hace más tarde. Algunos de los miembros del grupo de nuestro programa del Templo Hermoso pueden decidir correr unas cuantas veces alrededor del jardín, otros no. Y hay ocasión de pasear al atardecer, después de la cena. Algunos prefieren pasear a primera hora de la mañana. Pero la gente es distinta y los ejercicios lo son también.

Hemos tenido a gente en el programa que prefería hacer tai chi o yoga. Enseñamos los ejercicios que forman parte de las ideas de Cayce, lo cual no significa que tengamos nada que objetar a otras formas de ejercicio.

Justo después del ejercicio es el mejor momento para beberse un gran vaso de agua. Limpia el sistema y es parte de nuestro régimen beber ocho vasos de agua al día. El agua es mejor tomarla antes o después de las comidas, no durante.

Una recomendación de Cayce que me gusta es la de «trabajar un poco después del desayuno, descansar un poco después de comer y pasear un poco después de cenar».

La meditación como fuerza curativa

El pasar del movimiento físico, como en el ejercicio, a un ambiente tranquilo y a un estado de quietud corporal le permite a uno relajarse y tomar parte en un viaje hacia dentro. En nuestro programa, la relajación no llega de golpe, pues hay charla y risas, y poco a poco la gente se va tranquilizando y buscando una posición cómoda donde colocarse. Al rato, todos están listos para empezar a meditar. Entonces empieza la música y los preparativos para entrar en el estado de meditación.

Algunos del grupo no han meditado nunca antes. No saben qué hay que hacer o qué sucede o cuál es realmente el fin de estar sentados tranquilamente con los ojos cerrados. Esto no es raro. Hace diez años, cuando un entrevistador de televisión me pidió que explicara lo que era la meditación, miré a la gran cámara de televisión, tragué saliva y cambié el tema. La meditación no era algo corriente entonces, y la gente creía que sólo la hacían los indios y los chalados. Hoy las cosas han cambiado y no me costaría nada explicarlo en televisión y hacer una demostración.

La meditación puede definirse como el proceso de aquietar el cuerpo, luego la mente, manteniendo presente una afirmación en el ojo de la mente y sintonizando lo físico y lo mental a su Fuente espiritual. No es buscar una revelación ni es orar. Una de mis personas favoritas, Elsie Sechrist, dice que rezar es hablar con Dios —meditar es escucharle.

Cuando nuestro grupo se encuentra ya a gusto meditando, algunos deciden sentarse en el suelo en una postura como de yoga, otros se sientan en una silla. Hemos tenido algunos que se tumban para meditar. Yo insisto en lo que dijo Cayce: se debe adoptar una postura en la que la columna esté recta, y si se está sentado en una silla, los pies deben descansar sobre el suelo. Para algunos es bueno quitarse los zapatos y sentarse con los brazos en el regazo y las palmas de las manos abiertas hacia arriba.

Siempre es bueno estar con los ojos cerrados desde el principio de los ejercicios preparatorios hasta el final de la meditación. Esto ayuda a mantener el mundo de fuera a distancia mientras intentamos profundizar en el mundo de dentro.

Cuando todo el mundo está ya preparado, ponemos la música, una música bella que aquieta la mente consciente. A continuación

hacemos dos ejercicios sencillos para prepararnos para la meditación. El primero es un ejercicio de cabeza y cuello. Se parece al movimiento de los «tres grandes» que hemos descrito antes, pero sólo se hace con la cabeza y el cuello.

Primero, inclinar la cabeza hacia delante sin mover el cuerpo, con la barbilla casi tocando el pecho. Volver a una posición erecta. Repetir tres veces; luego inclinarla hacia atrás tres veces y volver a levantarla; después inclinarla tres veces a la derecha y tres a la izquierda. Después dejarla caer hacia delante de nuevo y rotarla hacia la derecha, hacia atrás, hacia la izquierda, repitiendo la rotación completa tres veces. Después repetirlo otras tres veces en la dirección contraria.

Cayce no dio razones fisiológicas concretas para hacer este ejercicio, indicando sólo que es un procedimiento de depuración. Pero se dan ciertas actividades fisiológicas en el cuerpo al realizar estos movimientos. Por un lado, estimulan el ganglio cervical superior (un grupo de células nerviosas) de la cadena simpática de ganglios, que es la única conexión neurológica con la glándula pineal existente en el cuerpo. La glándula pineal, a menudo llamada «el tercer ojo», está situada en línea recta justo debajo del cerebro. Es la única glándula que responde con actividad hormonal a esa parte de luz del día que penetra el cráneo desde el mundo exterior. Sabemos que los rayos X pueden penetrar el cuerpo para crear una película de rayos X y mostrar tumores o anormalidades; sin embargo, no solemos considerar el hecho de que la luz del día tiene algunas de estas mismas cualidades.

La pineal es el centro glandular-espiritual situado más alto en el cuerpo y se cree que es el lugar donde se experimenta la unión mística cuando se experimenta la luz durante la meditación. Ahí es donde la energía divina se encuentra con la energía creativa que se despierta en la meditación profunda, creando la experiencia de la luz. Muchas personas iluminadas han tenido tales experiencias, personas como Pablo en el camino de Damasco, Emanuel Swedenborg y otros, según el doctor Richard M. Bucke, en *Consciencia cósmica.*

Equilibrar o liberar a la glándula pineal de sus enganches es uno de los objetivos del ejercicio de cabeza y cuello. También es beneficiosa la relajación que se produce en este ejercicio.

Tras el ejercicio de cabeza y cuello, realizamos uno especial de respiración. Usando el dedo izquierdo, tapar el orificio nasal iz-

quierdo e inhalar por el derecho. Luego exhalar por la boca. Repetir esto tres veces. Luego tapar el orificio nasal derecho mientras se inhala por el izquierdo, pero esta vez se exhala por el orificio derecho mientras se tapa el izquierdo. Esta respiración se repite de igual modo tres veces.

En la India, los ejercicios respiratorios han jugado un papel importante en la meditación. ¿Pero hay una razón fisiológica para ello? Creo que sí. Los nervios de las paredes de los orificios nasales llevan directamente al cerebro. Los recientes descubrimientos sobre las distintas funciones de los dos lados del cerebro me llevan a creer que es razonable pensar que efectivamente algo sucede en el sistema neurológico al realizar tales ejercicios respiratorios.

Cayce sugirió que inhaláramos pureza y exhaláramos aquellas cosas que debíamos eliminar. Es una limpieza que es apropiada si vamos a entrar en estado de meditación para encontrarnos con el Creador en nuestro propio Templo del Dios Vivo.

Después de completar estos dos ejercicios, seguimos sentados en silencio, relajados por la música. El que dirige la meditación lee un pasaje inspirador. Seleccionamos de los mensajes de Cayce algo que cualquiera que tenga oídos para oír pueda aplicar. Luego leemos de la Biblia los capítulos 14, 15, 16 y 17 del Evangelio de Juan. Estas son palabras especiales que Cayce indicó, pues hablaban a todos los que quisieran creer. Se pueden elegir otras lecturas inspiradoras para centrar la mente.

Al finalizar esto, el líder lee una afirmación sacada de *A Search for God* («Una búsqueda de Dios»), el libro que se usa en todos los programas de los grupos de estudio de los centros A. R. E. La afirmación para el primer capítulo es:

> «No se haga mi voluntad, sino la tuya, Señor, en mí y a través de mí. Que pueda ser siempre un canal de bendiciones hoy, ahora, para todos aquellos que entren en contacto conmigo de cualquier forma. Que mi entrar y mi salir esté de acuerdo con lo que vos deseéis de mí y, cuando me llames, aquí estoy; envíame, úsame.»

Después entramos en el silencio para meditar. Esto dura de diez a quince minutos. En la meditación, hay una energía que sube por la espina dorsal, por la doble cadena de ganglios simpáticos, empezando por el más bajo de los centros espirituales y subiendo hasta la glándula pineal, luego hasta la pituitaria. Aunque es sólo un «erg»

(como Cayce lo llamaba) de energía lo que sube por la columna, cuando llega a la pituitaria se desborda y, mientras se reza por otros, limpia el cuerpo y trae curación. Quizá no mucha curación, pero estoy convencido de que es un hecho que todos debemos, tarde o temprano, empezar a meditar si hemos de alcanzar la meta de la unidad con la Fuerza Creativa que se nos ha prometido. La meditación va seguida de la oración por otros y luego rezamos juntos el *padrenuestro*.

Luego tenemos nuestra ración de abrazos. Todos los del grupo abrazan y son abrazados por todos los demás miembros. Los cuatro abrazos diarios necesarios para sobrevivir se dan enseguida, los ocho para mantenernos en forma les siguen inmediatamente, y los doce necesarios para crecer nos hacen empezar el día de la forma correcta.

A lo largo de la historia se ha desarrollado una tradición que da gran significado a siete centros espirituales o puntos energéticos del cuerpo humano. Las religiones orientales les llaman chakras o ruedas de energía. En Occidente, los videntes las conciben como vórtices invertidos de energía. En cierto modo, se refieren a distintos centros endocrinos del organismo.

La información de Cayce se asemeja a esta última visión. Los describe como puntos donde se da una transferencia de energía, quizá donde una energía universal entra en el cuerpo. No estoy seguro de si la energía entra o sale del cuerpo —o quizá se mueva en ambos sentidos—, pero la energía está ahí y parece haber una relación directa entre estos centros espirituales y las glándulas endocrinas.

La posición de estos centros espirituales está asociada con las glándulas (ver cuadro de Las glándulas endocrinas). Si miráramos el perfil del cuerpo humano, se observaría que si los uniéramos con una línea, los centros glandulares tendrían la forma de un cayado de pastor. La pineal está al inicio de la curva y la pituitaria al final. Aunque en el cuerpo, la curva del cayado no es tan grande, sí existe. El cayado de pastor se ha considerado durante siglos símbolo de los siete centros espirituales.

Otro símbolo de los siete centros es la pirámide. Desde su vértice se puede mirar hacia abajo por los cuatro lados. Estos son los llamados cuatro centros inferiores. Desde el suelo, y mirando a la pirámide, vemos tres caras cuya punta se eleva al cielo. Estos son los

tres centros superiores, los que nos mantienen en contacto con nuestra herencia.

Los centros espirituales tienen cada uno sus propios patrones de energía. Cada una de estas energías está asociada con los sentimientos y la naturaleza y propósito de la estructura glandular. Aquellos que ven auras quizá puedan ver los vórtices de energía.

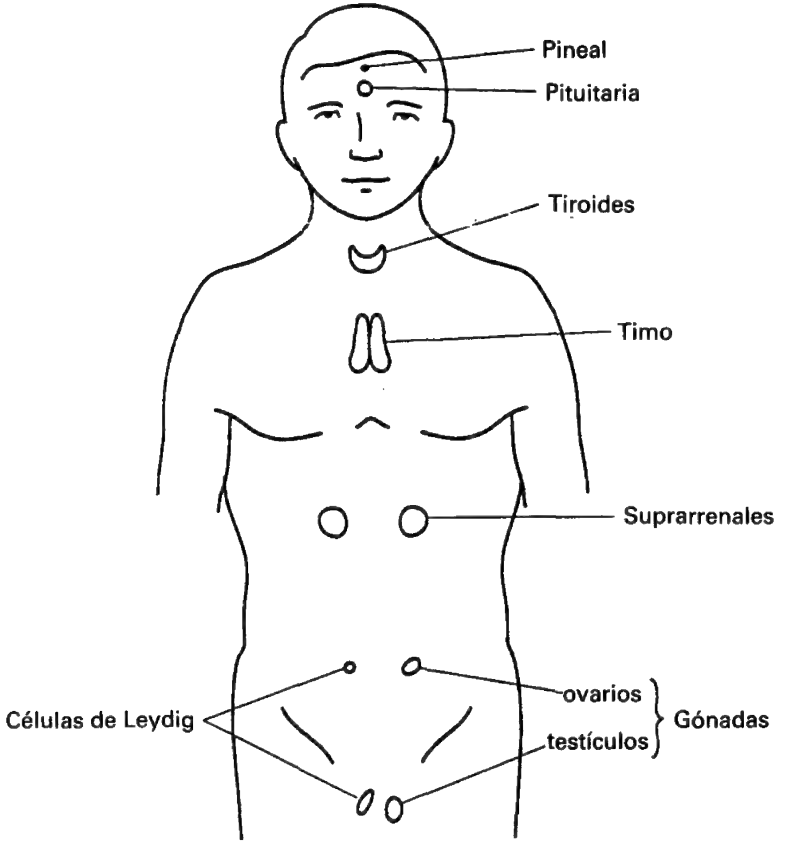
Las gónadas, donde en las mujeres nace el óvulo y en el hombre el esperma, de donde surge la vida, se consideran la fuente de la energía en cierto modo. La energía de las gónadas se eleva en la meditación. Las fuerzas creativas, ya sea en la procreación o en las artes: la música, la escritura, el teatro, la oratoria o cualquier esfuerzo creativo, siempre implica a estas glándulas como primer actor.

La glándula suprarrenal es nuestro instrumento de ataque o huida. Nos da la capacidad de enfrentarnos a las emergencias. Está conectada neurológicamente con el plexo solar, y juntos constituyen la fuerza principal que dirige y activa la parte simpática del sistema nervioso autonómico. Cuando hay que dar ímpetu al cuerpo en una emergencia, las suprarrenales (situadas formando pequeños gorros encima de cada riñón) primero emiten ondas de consciencia por todo el cuerpo —ya sea si vemos un león que se acerca como si alguien intenta pegarnos—. Estos mensajes neurológicos se transmiten instantáneamente y se cierra por ello casi por completo la otra parte del sistema autonómico. Todas las funciones ajenas al suceso —entre ellas importantes funciones digestivas— se abandonan al prepararse para la acción. Si la acción no se desarrolla, la comida, si hay alguna en el estómago, se queda ahí y se hace indigesta.

De acuerdo con la información eléctrica, las suprarrenales vierten al torrente sanguíneo un chorro de adrenalina para apoyar la acción que se precisa. Tras eso, se libera la cortisona, que proporciona un soporte más a largo plazo para la acción requerida. La acción es la liberación de energía que puede ser constructiva o destructiva. Por ejemplo, se han dado casos de padres que al ver a sus hijos atrapados bajo una viga o hasta por un coche, han usado esta energía para levantar pesos que nunca habrían podido levantar en circunstancias normales. Esto es un uso constructivo. El uso destructivo es usar esa energía para dañar a otro o hacer algo en contra de los deseos más íntimos de uno mismo.

La ira y el miedo provienen ambas de estas mismas glándulas y

Las glándulas endocrinas



tienen mucho que ver con la creación del malestar o la enfermedad. La purificación de todas estas glándulas se realiza por medio de la meditación. Por tanto, el miedo y la ira innecesaria se pueden eliminar hasta cierto punto.

Dentro de las suprarrenales y las gónadas están las células de Leydig. Proporcionan al cuerpo estrógeno o testosterona, cuya función es hacernos masculinos o femeninos. Hay una posibilidad de elegir y de hacer que la energía fluya hacia arriba, pues la dirección

de la energía puede ser directo hacia arriba o puede empezar a dar vueltas alrededor de las suprarrenales y el timo y volver a bajar —lo que normalmente se llama la rueda del karma—. Es en este área en el que normalmente se experimentan las tentaciones del mundo.

La glándula del timo, la cuarta de los centros glandulo-espirituales, se considera la fuerza rectora e impulsora del sistema inmunológico. Envía colonias de células durante los primeros meses de la vida para crear centros linfáticos por todo el cuerpo e incluso en los años posteriores, realiza una función defensiva que sólo se ha visto reconocida en las últimas dos décadas.

En la constitución emocional de los individuos, el timo se reconoce como el corazón o el centro del amor. Me resulta interesante que la glándula del timo, en su desarrollo embriológico, comienza como parte del tiroides y luego emigra bajando del cielo (simbólicamente) a la tierra y se convierte en un símbolo de amor en los asuntos del hombre. Su símbolo es también el águila, que vuela alto en el cielo, pero que en realidad es parte de la tierra y está unida a ella; tiene aún su nido en ella. Pero las emociones de compasión y cariño, de los celos y la generosidad, de la ternura y del amor, se encuentran todas en este centro. De nuevo, esta parte puede activarse para bien o para mal.

Mientras que el timo es el águila, las gónadas se identifican con el becerro o el toro, las células de Leydig con el hombre andrógino y las suprarrenales con el león. El tiroides, la pineal y la pituitaria no se simbolizan por medio de animales, ya que en realidad son de lo alto y las fieras no tienen ahí su morada. La tiroides es el símbolo de la voluntad o del libre albedrío; la pineal es el ojo interno; y la pituitaria es la glándula maestra, o la copa que rebosa. Los que han estudiado estos aspectos de los mensajes de Cayce han escrito mucho sobre estos siete centros glandulo-espirituales.

La glándula del tiroides, situada justo encima de la línea de los hombros, es la sede del libre albedrío o de la voluntad. Su actividad hormonal es la que produce o bien la falta de voluntad como para seguir una dieta, por ejemplo, o bien la actividad inspirada en tareas meritorias. Alguien que ha evitado usar su fuerza de voluntad durante varias encarnaciones encontrará gran dificultad en hacerlo en ésta debido a las estructuras de hábitos que se han creado en su tiroides y en su mente inconsciente.

La pineal, por otra parte, controla los ciclos del cuerpo. Es un

regulador del organismo, además de ser lo que solemos denominar «el ojo interno», el punto donde las fuerzas superiores descienden y tocan la energía que se ha elevado por la meditación y crean así luz.

Probablemente, la glándula más importante es la pituitaria. Es la que rige a las otras seis. Junto con las otras, la pituitaria crea un patrón de movimiento de la energía en el cuerpo que ayuda a proporcionar ese equilibrio especial de energías que hace que cada uno seamos distintos de los demás.

Generalmente, aquellos que están empezando a meditar están demasiado concentrados en sí mismos como para experimentar el silencio interior o para tener «experiencias» durante este tiempo. Sus mentes están demasiado ocupadas intentando acallar la mente consciente que no quiere parar quieta a pesar de sus esfuerzos. Pero, con una meditación habitual se resuelve poco a poco este problema y, a veces, la experiencia de la luz entrará de pronto en su consciencia y sus vidas cambiarán de una forma sorprendente.

Todo esto, naturalmente, lleva a la curación. Forma parte de lo que yo llamo la medicina de Edgar Cayce para el mundo de hoy. Al concurrir la purificación y el desarrollo espiritual, las cosas que nos han atado a una enfermedad se sueltan y el cuerpo empieza a cambiar; aparece un mejor equilibrio de todo el funcionamiento del organismo, una mejor coordinación de las partes del cuerpo. La libre elección ha hecho cambiar los patrones anteriores que crearon la enfermedad.

8

ATENCION MEDICA

Debido a mi compromiso con un enfoque distinto de la práctica médica, algún desconocido me hace a veces la pregunta inevitable: «¿Qué clase de médico es usted?» Mi respuesta inmediata es: «Soy un *buen* médico.» Con una sonrisa, aclaro luego su confusión causada por mi respuesta y le hablo de la experiencia médica que se me ha concedido adquirir en esta vida.

Pero no me retractaría de mi primera respuesta. Soy un buen médico. No soy un cirujano ni soy ya ayudante de otros cirujanos. Ya no realizo partos, aunque solía hacerlo, y con medios muy primitivos al inicio de mi práctica médica, en Kentucky. No soy un ortopeda, ni soy neurólogo, ni endocrinólogo, ni pediatra, ni internista, ni dermatólogo, pero sí soy un médico de medicina general convertido en médico de cabecera con intereses y experiencia desarrollados en el terreno de ayudar a personas a devolver sus cuerpos a la normalidad.

Debido a la clase de trabajo que desarrollamos en la clínica, nuestros programas residenciales especiales se llenan de gente venida de la Clínica Mayo, de la Clínica de Cleveland, y de otros centros de relieve, personas que han recurrido antes a muchos otros médicos. Nos llegan ya diagnosticados, por lo que no necesitamos ser expertos en los métodos convencionales de diagnóstico. Hay médicos en nuestra ciudad a los que recurrimos en caso de necesidad, pero a cada persona que entra en un Programa del Templo Hermoso se le realiza un examen médico completo y una entrevista clínica completa. La realización cuidadosa de una historia clínica ha sido considerada siempre en la profesión médica como esencial para llegar a un diagnóstico correcto, pero nuestra historia clínica es más amplia de

lo normal. Obtenemos la historia personal, la historia de las intervenciones quirúrgicas o de acontecimientos traumáticos sufridos, la historia familiar y la revisión de los sistemas.

Averiguamos, de la historia de su enfermedad actual, lo que ha estado sucediendo en las vidas de nuestros pacientes. Averiguamos cuántas veces se han casado y los detalles y emociones de cada uno. Preguntamos por sus experiencias de infancia: ¿Les dieron sus padres un ambiente lleno de amor o estaba lleno de miedo por un abuso sustancial? ¿Se les regañaba porque «no valían para nada»? ¿Sufrieron abusos sexuales? Preguntas como éstas le hacen ver que tenemos verdadero interés en conocer la información para conocer la etiología detrás de la etiología del problema con el que están trabajando. Pues todas las enfermedades tienen una causa que hunde sus raíces en la relación entre el cuerpo, la mente y el espíritu —y en lo que el individuo ha estado haciendo en relación a lo que él o ella ha elegido como el ideal de vida.

Se toman muestras de laboratorio. Siempre hay algunos grupos de pruebas que nos ayudan a entender mejor lo que ocurre fisiológicamente en el cuerpo en ese momento. Pero también se mandan otras pruebas que son pertinentes para problemas específicos. A menudo realizamos una prueba de cinco horas de tolerancia a la glucosa para identificar a aquellos que sufren de hipoglucemia, que es un verdadero problema a menudo no reconocido en el tratamiento médico convencional y que no se puede diagnosticar sin tales análisis tan exhaustivos. Después de tomar la primera muestra de sangre en ayunas, el paciente recibe una bebida con 100 gramos de glucosa. Luego, durante las cinco horas siguientes, el nivel de azúcar en sangre bajará a menudo 20, 30 ó 40 puntos por debajo de la media para el azúcar en ayunas. Esto es la verdadera hipoglucemia.

Los síntomas que aparecen durante este tiempo reflejan a menudo lo que el paciente hipoglucémico siente tres o cuatro horas después de comer algo muy dulce. El paciente puede estar inquieto o cansado, con náuseas, enfermo o con mucho sueño. El tratamiento durante la prueba, si el paciente se encuentra muy mal, es administrar zumo de naranja o algo de fruta. Cuando se hace el diagnóstico, se diseña una dieta que le permita tomar un trozo de pollo frío o pastillas de proteínas, o fruta, o incluso un vaso de leche entre las comidas. También se le dice que evite el azúcar, muchas féculas y postres. Además, se diseña una terapia para fortalecer las glándulas

suprarrenales que se consideran uno de los factores causantes y para mantener el nivel de azúcar en sangre a niveles normales.

A menudo sospechamos de la existencia de candidiasis sistémica —una infección de hongos en todo el organismo producida por un historial de haber tomado demasiadas hormonas o antibióticos—. Los hongos cubren entonces el tracto intestinal y la vagina. El diagnóstico se realiza por medio de un cuestionario creado por el doctor William G. Crook (*The Yeast Connection*) y a veces tomando una muestra de sangre para comprobar la respuesta del organismo a la presencia de los hongos. Cuando las células de esporas han invadido los tejidos del cuerpo, la persona enferma crónicamente y a menudo acude a varios médicos con una serie de quejas sin recibir un diagnóstico satisfactorio. Cuando ya hemos realizado un diagnóstico satisfactorio, usamos una dieta especial que elimina cualquier alimento que pueda fomentar los hongos. A menudo recetamos un agente fungicida durante un período largo de tiempo para librar al cuerpo del fermento.

Durante ese tiempo, administramos, también, tratamientos para reforzar el sistema inmunológico para que el cuerpo pueda colaborar en superar la enfermedad.

No tenemos costumbre de pedir radiografías, pues estas pruebas ya han sido normalmente realizadas antes de que el paciente llegue a nuestra clínica. Pero sí realizamos aquellas pruebas que nos indican el estado fisiológico del organismo y a que nos enfrentamos.

Hablamos a menudo sobre la vida y la muerte, expresándolo siempre como una verdadera continuidad. Muchos de nuestros pacientes han tenido una «experiencia en el umbral de la muerte». Se han escrito muchos libros sobre este tema sorprendente que parece decirnos que no sólo hay vida después de esta vida, sino que es nuestro verdadero hogar. Si estamos creados a imagen de Dios, entonces el mundo espiritual tendría que ser nuestro ámbito natural.

El *American Journal of Diseases of Children* («Revista Norteamericana de Enfermedades Infantiles») publicó un artículo en octubre de 1983 del pediatra Melvin Morse, que quería «que los pediatras se dieran cuenta de que las experiencias en el umbral de la muerte les pueden suceder a los niños igual que a los adultos», e insistía en que los niños se podrían beneficiar de hablar con un psicólogo sobre estas experiencias. Una niña reveló a sus entrevistadores que el primer recuerdo de su experiencia de estar a punto de aho-

garse fue el de estar en el agua y sentirse muerta. «Luego estaba en un túnel y tenía miedo. No podía andar», continuó. Entonces contó cómo el túnel se iluminó cuando entró una señora rubia y alta llamada Elizabeth y se fueron juntas al cielo. Dijo que «el cielo era chupi... brillaba mucho y estaba lleno de flores».

Habló de una frontera alrededor del cielo que impedía ver más allá, y dijo que se encontró con mucha gente como sus difuntos abuelos, su difunta tía materna y con Heather y Melissa, dos adultos que esperaban renacer. Luego se encontró con el «Padre Celestial y con Jesús», que le preguntaron si quería volver a la tierra. Ella contestó que no. Elizabeth le preguntó entonces si quería volver a ver a su madre, que estaba viva. Dijo que sí y se despertó de nuevo en el hospital adonde había sido llevada.

Esto le quita un poco de peso a la idea de morir, ¿no? También le ayuda al enfermo a creer que la vida es en verdad una continuidad y que estamos aquí por un motivo más profundo que la mera curación de algo que llamamos enfermedad.

Esta visión de las cosas ayuda a cualquiera, en primer lugar, a aliviar su miedo a la muerte y después a darse más cuenta de por qué estamos aquí y qué estamos haciendo al respecto. Algunos de los participantes en nuestros programas están muy cerca del momento de dar el siguiente paso en el ciclo de reencarnación y nacer a la otra dimensión. Otros, como esa niña pequeña, aún tienen algo dentro que quieren realizar, gente con la que quieren estar en contacto. Sencillamente, no están listos para seguir adelante.

Cuando consideramos que el nacimiento y la muerte son los pasos de entrada y salida que cada uno *tenemos que dar* para vivir la experiencia de esta vida en la tierra, no deberíamos mirar a ninguna de las dos con miedo. Tenemos que dar la bienvenida a los seres que acaban de nacer a esta dimensión del mismo modo que otras almas dan la bienvenida a los que nacen al reino espiritual. Nuestra conversación sobre la vida y la muerte con nuestros pacientes es tan natural como la que podríamos tener sobre la dieta o su tendencia al extreñimiento.

Cuando hablamos con tanta facilidad sobre la vida después de la muerte y de que esta experiencia en la tierra es una oportunidad para crecer espiritualmente, nos corresponde tomar una cierta distancia para observar la fuente de la información que estamos usando. Hay miles de personas actualmente que están proporcionando

información psíquica sobre la curación. Obtienen su información de fuentes que están más allá de la mente consciente. ¿Cómo encaja todo esto en la situación actual del mundo de la curación y la medicina? Como el trabajo que hemos estado realizando en la Clínica A. R. E. trata específicamente con la información psíquica proporcionada por Edgar Cayce, esta pregunta adquiere relevancia.

Una vez le preguntaron a Cayce: «¿De dónde proviene esa información? ¿Cuál es su origen?» «Fuerzas Universales», respondió. A mi modo de ver, a la luz de lo que expresó en otras ocasiones, Cayce debió haber pasado vidas anteriores siguiendo los principios divinos para ser capaz de conectar con las fuentes divinas de información en esta vida. Esto es un tema importante que debemos plantearnos al mirar a otros videntes: ¿Cómo viven sus vidas? ¿Están comprometidos en el servicio a sus semejantes? ¿O acaso su habilidad psíquica se convierte en motivo de alarde de desarrollo espiritual?

Yo les digo a nuestros pacientes que todos somos videntes, pues es una capacidad natural del alma. Todos soñamos, todos tenemos corazonadas o intuiciones, todas ellas cualidades psíquicas. Pero no todos las desarrollamos lo suficiente como para ser conscientes de ellas. Algunos expresan su capacidad psíquica por medio de la música, otros por medio del arte o la escultura o la arquitectura, otros escribiendo.

De vez en cuando, leo algunas de las cosas que he escrito y me digo a mí mismo con algo de sorpresa: «¡Eso no está nada mal! ¿Cómo lo he hecho?» La verdad es que cuando me siento delante de mi máquina de escribir, pido que la parte de mí donde habita Dios se manifieste en forma de pensamientos y palabras que ayuden a todos los que lean mis palabras y toquen sus corazones y sus almas para que su consciencia se transforme para mejor. Mis pensamientos se expresan mejor por escrito que de palabra. Otros expresan su ser espiritual de otra manera. Cada uno está en sintonía con lo que a veces se denomina el ser superior o la consciencia Crística dentro de ellos.

A medida que los pacientes empiezan a entender algunas de estas ideas, empiezan a maravillarse un poco de sí mismos. Al mismo tiempo, sin embargo, están empezando a verse en una luz nueva y a comprender mejor que poseen la facultad que devuelve la salud al cuerpo. Eso es muy útil.

Es preferible no tener prisa en desarrollar nuestra capacidad psíquica, sino *usar* creativamente la que ya poseemos para ayudar a los demás y a nosotros mismos. Un hombre muy intenso y con aspiraciones muy ambiciosas acudió una vez a Cayce para preguntarle cómo podía llegar a la omnipotencia, la omnisciencia y la omnipresencia. Cayce le animó a seguir el camino del crecimiento espiritual paso a paso y a no sobrestimar adónde nos podía llevar nuestra mente cuando nuestros actos físicos no están aún a la misma altura. Dijo:

> «Esta capacidad —de hablar, de actuar, de estar presente en la Omnipresencia—, se logra remediando total y completamente todo lo que es error en la experiencia del cuerpo, mente y alma en la experiencia terrena. No es que esto no sea posible, pero uno llega a esa consciencia aplicando la fe y la consciencia de ser uno con lo divino que llevamos dentro. Esto puede no concederse aún entonces tampoco.» (N.° 2533-8.)

Este mismo hombre hizo una pregunta posterior en la misma sesión, sobre «El Camino Oculto». Tal vez se refería a un camino místico que debe encarnarse como acción en el mundo material. La respuesta aporta más claves para todos aquellos que quieran ser útiles dentro del mundo de la curación, tanto médicos como pacientes:

> «Pues como se dijo tantas veces, esto se encuentra dentro. Pues tu cuerpo es en efecto el reflejo del cuerpo divino, pero sólo se va pareciendo al mismo a medida que se aleja del mismo; aunque sea dentro del ámbito tridimensional. Este es el Camino Oculto. Pues usando cada uno su ser, sin abusar de él, en el servicio a los demás, encuentra el Camino. ¿Pues quién es el más grande de entre vosotros? "Aquel que es el siervo de todos". ¿Quién conocerá el Camino Oculto? Aquellos que elijan ante todo hacer Su voluntad.» (N.° 2533-8.)

Sin embargo, a medida que uno busca utilizar cualquier capacidad psíquica con la que pueda sintonizar, es bueno recordar que estamos inmersos en un proceso continuo llamado vida que está supervisado, dirigido y modelado por una cualidad llamada voluntad. Y la voluntad de un individuo es mayor que cualquier otro poder. Cada individuo tiene la fuerza de voluntad suficiente como para negar incluso las fuerzas creativas. En palabras de Cayce:

> «... la voluntad de un alma, de un cuerpo, es suprema —tanto si se convierte en un canal para las influencias espirituales en su experiencia o para los deseos egoístas de su propio cuerpo y la magnificación de esas influencias.» (N.° 2533-8.)

Cayce dijo que el 80 por 100 de las veces los resultados estaban en función de lo que uno hacía con sus oportunidades. Quizá por eso dijo que nada ocurre por casualidad. Yo creo que la curación del cuerpo depende en gran medida de lo que el paciente decida hacer con esta oportunidad en este momento, en relación con lo que el paciente reconoce dentro de sí mismo como su destino divino.

En la clínica usamos diversos métodos de curación del cuerpo —medicina, osteopatía, quiropráctica, terapia de masaje, acupuntura, electroterapia transcutánea, terapia electromagnética, modelación, entrenamiento en biofeedback, ejercicios autógenos, visualización y nutrición, entre otros—, pero cada método forma parte de una unidad que llamamos un ideal. Toda la curación proviene en realidad de una Fuente, así que, ¿por qué preocuparse por el método? Como decía Cayce, cuando el facultativo receta una medicina o un ajuste de la columna,

> «la curación proviene de dentro. No es a través del método que llega la curación, aunque la consciencia del individuo puede ser tal que este o aquel método sea más eficaz en ese caso particular para despertar las fuerzas de dentro. Pero los métodos no son ideales. El ideal debe mantenerse en su fuente correcta.» (N.° 969-1.)

Uno de los métodos no-convencionales que usamos con éxito para combatir la fatiga por desfase horario tras vuelos largos lo aprendimos de un médico indio hace unos diez años. Cuando los viajeros nos llegan tras largos vuelos transcontinentales, sugerimos que se bañen esa noche en agua tibia a la que se le echa una taza de sulfato de magnesio (sal de la Higuera) y una taza de bicarbonato de sosa. Durante el baño, deben darse un masaje en el lado derecho del cuerpo con la mano derecha y en el lado izquierdo con la mano izquierda, asegurándose de que los brazos y las piernas de ambos lados se quedan en su propio lado y no cruzan el meridiano del cuerpo. Después de unos 10 a 15 minutos, deben secarse, de nuevo sin cruzar las extremidades. Es difícil, pero se puede hacer. Luego se acuesta uno a dormir. Al levantarse, se acabó el desfase horario.

Este tratamiento podría muy bien haber salido de uno de los mensajes de Cayce, pues éste daba importancia a las energías de las cuatro extremidades y del ombligo, describiendo un flujo de energía en el cuerpo humano que fluye en forma de un ocho, cruzándose en el ombligo. Afirmaba que ésta era una actividad energética importante.

Nuestra teoría es que la solución en el baño proporciona un campo electromagnético que impacta el flujo de energía en forma de ocho y normaliza los controles de los ciclos del cuerpo que se encuentran en la glándula pineal. Se demuestre o no esta teoría, los pacientes sí se benefician del baño. Mi esposa y yo siempre lo usamos cuando viajamos y llevamos una bolsa con la mezcla de polvos en la maleta. Amigos y pacientes que lo han probado dicen que les ha dado buenos resultados. Un médico de Tasmania dijo que tanto él como su mujer lo habían probado «Me di cuenta de que tenía uno que concentrarse mientras se secaba... los dos dormimos bien y no tuvimos ese horrible cansancio del avión.»

Una mujer que voló 15 horas de Panamá a Alemania y llegó a las 5 de la tarde, dijo que se dio el baño con la sal y el bicarbonato a eso de las 7 de la tarde: «Estuve unos veinte minutos (casi me dormí) y tuve mucho cuidado de no cruzar ni los brazos ni las piernas sobre el cuerpo. Me fui a la cama poco después y dormí mis ocho horas de siempre. A la mañana siguiente me levanté para desayunar como si hubiera estado viviendo ahí toda la vida.»

Este método de traer salud al cuerpo puede no parecer importante, aunque desde luego sí lo es para el que lo sufre, pero muestra un «método» de curar. Aunque puede haber tenido su origen en la medicina popular de la India, yo lo pondría en la categoría de medicina energética, pues el campo electromagnético que se genera impacta a las energías del cuerpo con un efecto normalizador sobre la fisiología del viajero.

Muchos de nuestros pacientes reciben no uno sino varios métodos curativos distintos. Un hombre que acudió a la clínica a instancias de su hijo y acompañado por su esposa, sufría grandes dolores. Había sido operado de próstata seis semanas antes y había estado durmiendo con mucha dificultad desde entonces. Había adelgazado mucho y necesitaba ayuda para andar. No podía dar más de 5 a 20 pasos sin tener que sentarse. Estaba hecho polvo. Dijo que había acudido al programa «esperando un milagro».

Cuando se fue tenía el color de la salud. Se mantenía en pie solo, el dolor le había desaparecido, dormía bien, había recuperado sus sentido del humor y dijo: «¡Recibí el milagro que había pedido!» ¿Cómo se logró esto en diecisiete días? Masajes, manipulaciones, oraciones, visualizaciones, imaginación dirigida, ejercicios autógenos, entrenamiento de *biofeedback,* tratamientos con acuscopio, meditación, y trabajo de sueños —éstos fueron los causantes del cambio y crearon un equilibrio de las funciones corporales—. Todos son métodos distintos, ¿no? La consciencia despierta, sin duda, juega el papel principal en la recuperación.

9

ASIMILACION Y ELIMINACION

En nuestra forma de enfocar la curación del cuerpo humano, el sentido común nos resulta de enorme utilidad. En mis estudios en la universidad, se daba muy poca importancia al tema de la dieta y la nutrición. Es verdad que algunas veces se daban dietas para determinadas enfermedades, pero no se tocaba el tema de lo que sucedía cuando el organismo estaba sobrealimentado o subalimentado.

Era como si el proceso de asimilación despertara muy poco interés. La eliminación, desde luego, despertaba menos aún, porque todo el mundo elimina, ¿no?

Sin embargo, el sentido común indica que todo el cuerpo está compuesto físicamente de lo que entra por la boca, tanto comida como aire vitalizador (a menos que uno esté bajo cuidados intensivos y recibiendo suero). El sentido común también nos dice que moriremos si los residuos no son eliminados del organismo de alguna forma. La eliminación se realiza a partir de los riñones y del tracto hepatointestinal. La piel y los pulmones también desempeñan un papel, pero los dos anteriores proporcionan el mayor alivio.

Cayce veía los desechos humanos como fuerzas usadas y rechazadas. Veía la comida como una fuerza de construcción en el organismo. Lo que sobra de la construcción, así como la degeneración de las células del cuerpo, se convierte en las fuerzas «usadas». Si uno come más de lo que necesita, el cuerpo se negará a utilizarlo y se convertirá en una «fuerza rechazada».

Hace unos años se me llamó para ver a una señora mayor que sufría de estreñimiento. El examen médico mostró que tenía o bien heces impactadas o una obstrucción intestinal patológica. Aunque estaba muy enferma, se negaba a ser hospitalizada. Decía que si tenía que morir, quería hacerlo en su casa.

Sabía que no podía forzarla a ir al hospital ni debía hacerlo. Le recomendé que se pusiera compresas de aceite de ricino sin calor sobre el abdomen que estaba muy distendido. Le sugerí que no tomara por la boca nada más que trocitos de hielo. Esto era para evitar una sobrecarga del estómago y posibles vómitos. A la mañana siguiente se sentía mucho mejor pero siguió tomando sólo trocitos de hielo. A la segunda mañana, aún con la compresa de aceite de ricino, se encontraba mucho mejor. Su abdomen estaba casi plano y se sentía hasta con ganas de ver la televisión de nuevo. Al tercer día le hice ponerse un supositorio laxante suave y tuvo una deposición normal. Había recuperado su sentido del humor y estaba de nuevo físicamente normal. Aparentemente, el emplaste de aceite de ricino había aliviado la obstrucción de modo que otras actividades de su cuerpo pudieran volver a la normalidad. Así, la distensión se alivió y al fin tuvo una deposición normal.

La asimilación se confunde a menudo con la digestión. Estas son dos funciones diferentes. La digestión la realizan los jugos salivares en la boca y los ácidos, enzimas y sustancias digestivas del estómago, del páncreas, de la vesícula y del hígado y probablemente las paredes del intestino delgado. Cada una de ellas contribuye al proceso digestivo que descompone la comida de forma que pueda realizarse el siguiente paso, la asimilación. Durante la asimilación, las diversas sustancias orgánicas sobre las que han actuado todas estas glándulas internas y sus productos aparecen ahora en una forma que puede ser absorbida por las paredes intestinales y luego por la linfa o aporte sanguíneo del hígado y del resto del cuerpo. Este sistema de distribución permite a los tejidos del cuerpo reconstruirse y construir nuevas células. No es un procedimiento sencillo, pero estas moléculas descompuestas de comida constituyen las energías o fuerzas que Cayce llama los ladrillos del cuerpo humano.

La coordinación entre las funciones de asimilación y eliminación es fundamental para la vida misma. No podemos esperar tener una salud normal cuando no estamos asimilando el alimento. La historia que conté anteriormente sobre la niña que se cayó, paralizándose su plexo solar con el resultante «síndrome de inabsorción», muestra lo que puede ocurrir cuando hay un defecto de asimilación. Su paralización adicional de las funciones excretoras (una deposición cada dos semanas) no hace más que poner énfasis sobre lo necesaria que es la actividad de esta función. El vivir una larga vida, dijo Cayce,

depende de que estas dos funciones «se mantengan lo más cerca posible de la normalidad».

Así, no sólo prestamos atención a la dieta de cada paciente que acude a nosotros, sino que queremos prestar atención también a lo que ocurre en la fisiología de eliminación de esa persona. Las eliminaciones pueden mejorarse fácilmente sólo con pasarse por una farmacia.

Una de las formas de mantener la eliminación normal es beber mucha agua. Recomendamos lo menos ocho vasos al día, especialmente para aquellos que tienen problemas de estreñimiento. Otra manera de mantener el intestino grueso normalmente activo es tomar una buena ensalada verde al mediodía. La alta alcalinidad de este plato tomado solo a menudo corregirá un intestino perezoso.

Las compresas de aceite de ricino a menudo alivian un ataque temporal de estreñimiento si se usan durante varios días. También, hemos sugerido a algunos de nuestros pacientes que unas gotas de aceite de ricino tomadas al acostarse tenderán a resolver el problema.

Cayce sugirió no tomar siempre el mismo medicamento laxante, y nuestra experiencia lo confirma. Se debe cambiar de vez en cuando de un tipo de laxante a otro, pero es mejor crear hábitos normales de eliminacion. La regularidad se logra más fácilmente con el ejercicio, como, por ejemplo, caminar y con una dieta rica en verduras y mucho agua cada día.

Hay que recordar que el cuerpo puede asimilar todo lo necesario para reconstruirse si no está dañado por el fracaso del proceso de la eliminación. He pensado a menudo sobre la maravillosa habilidad que tiene el cuerpo de llevar las sustancias alimenticias hasta las células y recoger sus productos de desecho. Es casi como pedirle al basurero que te traiga la compra del supermercado cuando te venga a recoger la basura. La misma sangre que alimenta también lleva los desechos a los órganos de la eliminación. Tenemos un cuerpo maravilloso, ¿verdad?

Si los eliminantes no realizan bien su trabajo, el intestino grueso, que es el canal principal de eliminación, debe ser depurado. Los riñones hacen la mayor parte del trabajo, pero el intestino es la pieza clave. La depuración se puede realizar hasta cierto punto con enemas aplicados en casa, pero las irrigaciones colónicas son más generales y tienen mayores efectos fisiológicos.

Cuando se irriga el colon con agua templada, primero sale el contenido fecal y después el agua permite que se libere un flujo de fuerzas «usadas y de desecho» de los capilares de la pared del intestino grueso al lumen del mismo.

La irrigación del colon es, por tanto, más eficaz que un laxante en cuanto a limpieza del intestino, pues una irrigación colónica proporciona además una limpieza de la sangre. Además, el acto físico de llenar el intestino de agua y luego vaciarlo tiende a estimular los músculos de la pared intestinal para normalizar su actividad. La irrigación del colon forma parte de la terapia de todos los participantes en el programa del Templo Hermoso. Este tipo de actividad (que actualmente se realiza con material estéril y de un solo uso) tiene un efecto benéfico que generalmente no se ve reconocido por la profesión médica.

Hay, desde luego, enfermedades en las que no se deben administrar los colónicos, pero no son comunes y se pueden reconocer fácilmente.

Con una buena dieta que permita una buena asimilación en el cuerpo y una eliminación adecuada y normal, está preparado el escenario para cumplir la profecía de Cayce de que con una buena asimilación y eliminación se puede vivir todo lo que se quiera. Por desgracia, todo lo bueno no es nunca tan sencillo, pero es un punto importante por el que se empieza.

La relación hígado-riñones

Tanto el hígado como los riñones son fuerzas dinámicas en la función de eliminación, pero el hígado también está relacionado con la digestión, ya que muchas de las partículas de comida asimiladas, al viajar por las paredes del intestino delgado, pasan luego al hígado.

Además, estos dos órganos vitales deben funcionar bien para que el sistema eléctrico del cuerpo funcione eficazmente. Cayce los llamaba los dos polos de energía del organismo que dan vida al cuerpo. Todas las funciones orgánicas, evidentemente, están impulsadas por energía eléctrica, por lo que la importancia del hígado y de los riñones en este contexto es enorme. Uno actúa de polo negativo y el otro de polo positivo. Cuando se generan trastornos eléctri-

cos, el efecto es el de un cortocircuito, dijo Cayce. Un cortocircuito hace que se viertan venenos al sistema en vez de ser eliminados adecuadamente por estos órganos. La ciencia médica no está de acuerdo con esta idea, pero es el cuadro que Cayce pintó.

La relación que Cayce encontró entre el hígado y los riñones como polos positivo y negativo del cuerpo eléctrico ayuda a explicar la formación de los cálculos renales. Le dijo a una mujer de cincuenta y seis años que «las acumulaciones en el riñón por condiciones en las que las descoordinaciones entre la circulación del hígado y de los riñones han hecho formarse sedimentos, irritaciones que, por su tamaño y condiciones, requerirán medidas quirúrgicas». (N.° 3623-1.) Y luego dijo: «Nosotros operaríamos.»

En otro caso (N.° 5137-1) identificó subluxaciones (dislocaciones parciales) entre la séptima y la octava vértebras dorsales como causantes de obstáculos en las energías nerviosas que se dirigen a las actividades entre el hígado y los riñones, que a su vez crean problemas en la vesícula. Aparentemente, los polos eléctricos se alteraron en su coordinación de las energías eléctricas.

Siempre que hay un trastorno de la eliminación en el cuerpo humano, las fuerzas tóxicas volverán a circularse por el organismo, y tarde o temprano, según las condiciones que se den, esto creará dificultades físicas que llevarán al malestar, y con el tiempo a una enfermedad si no se corrige antes.

10

MANIPULACION Y MASAJE

Al comienzo de nuestras carreras, el padre de Gladys nos enseñó algunos rudimentos de la osteopatía. Tanto él como su mujer se habían graduado en el Kirksville College of Osteopathy. Su profesor había sido el doctor Andrew Taylor Still, el creador de la especialidad. Still veía el cuerpo como un delicado mecanismo controlado tanto en la salud como en la enfermedad por impulsos eléctricos que podían ser alterados por la presión sobre los nervios portadores de estos impulsos. La manipulación de las grandes masas musculares o de partes del cuerpo podría mejorar o aliviar el estado y así efectuar la curación. Esta es la base de la osteopatía.

Aprendimos una técnica muy sencilla para tratar lo que clínicamente llamamos síndrome sacroiliaco. No es difícil. Con el paciente tumbado sobre una mesa de tratamiento, boca arriba, tomamos la pierna del lado más dolorido y la flexionamos por la rodilla. Luego, suavemente, dejamos que la pierna flexionada rote lateralmente hacia el lado, manteniendo la flexión. Después de haber logrado el mayor movimiento lateral posible, se extiende la rodilla y luego la pierna. Es sorprendente cómo un solo tratamiento así hará al paciente sonreír de sorpresa y alegría y resolverá el problema.

Usamos esta técnica con éxito desde el principio de nuestra práctica médica en Ohio. Cuando nos trasladamos a Arizona en 1955 y dejamos nuestra consulta con otro médico, nos llamaba todas las semanas para pedir consejo sobre los pacientes. Una semana nos llamó nerviosísimo: «¿Qué demonios hicisteis con George M.?» El síndrome sacroiliaco de George le estaba molestando otra vez y venía a recibir el mismo tratamiento que le habíamos dado antes. El nuevo médico no sabía qué hacer. La osteopatía,

desde luego, es mucho más compleja que el tratamiento de George. El hecho de que los médicos no aprendan a hacer manipulaciones en la facultad o posteriormente les priva de habilidades que ayudan a la gente de forma muy eficaz.

Los padres de Gladys, que eran misioneros médicos en la India, solían darse el uno al otro tratamiento osteopático general una o dos veces a la semana. Les ayudó en numerosas dificultades en su tiempo de misión. Ha supuesto una valiosa añadidura a nuestro propio repertorio, especialmente en la época en que no teníamos acceso a un osteópata ni a un quiropráctico. Hoy en día disponemos de ambos en la clínica.

Aunque la American Medical Association (A. M. A) se opuso abiertamente a la quiropráctica durante muchos años, numerosos médicos reconocieron su valor *. Un artículo en el número de 23 de enero de 1981 de la revista *American Medical News,* titulado «Algunos médicos llamados "Manipuladores Ocultos"», informaba de que muchos médicos en todo el país estaban usando por entonces técnicas de manipulación similares a las que usaban los quiroprácticos, pero lo hacían a escondidas por miedo al ostracismo. Un delegado de la A. M. A. de Washington, que testificó en un pleito iniciado por los quiroprácticos contra la A. M. A. y otras organizaciones médicas, afirmó tener cientos de pacientes propios que acudían también al quiropráctico, y que él mismo usaba habitualmente técnicas de manipulación en su tratamiento.

La A. M. A. discriminó durante un tiempo a los osteópatas, acusándoles de charlatanería. Se retractó oficialmente, aceptándoles en la comunidad médica hace más de diez años.

Cuando la A.M.A. intentó destruir la profesión quiropráctica, boicoteando a los quiroprácticos, estos demandaron a la A. M. A. y ganaron el pleito. La A. M. A. no podía seguir impidiendo que los médicos tuvieran relaciones profesionales con los quiroprácticos. Ese fue un paso muy positivo, pues la gente necesitaba tener la posibilidad de usar las técnicas de estos facultativos.

Cayce mandó pacientes tanto a osteópatas como a quiroprácticos desde el inicio de su actividad a principios de siglo. Sus teorías

---

* La quiropráctica es el sistema terapéutico de ajuste que consiste en palpar la columna para discernir dislocaciones parciales de las vértebras, seguido de su reajuste manual para aliviar cierta presión sobre los nervios.

sobre las técnicas de manipulación y su necesidad son paralelas a las del doctor Stills (ver Gail Cayce, *Osteopathy*).

En este método de curación del cuerpo, Cayce indicó que la osteopatía era la mejor forma de tratamiento —mejor que la medicina convencional u otros métodos—. La investigación médica en anatomía y fisiología y el conocimiento que Cayce tenía del cuerpo están muy cerca uno de otro. Sabemos que hay ganglios simpáticos situados en forma de una larga cadena desde el cuello hasta el cóccix a ambos lados de la columna vertebral dentro de la cavidad corporal. También sabemos que están interconectados y que tienen una relación funcional con las actividades autonómicas del cuerpo y también con el cerebro y la médula espinal. La descripción de Cayce es paralela a la de la ciencia médica. Asimismo, ve pequeñas bolsas o sacos dentro de estos ganglios. Y éstos se pueden congestionar o volverse lentos en responder a cualquier parte del sistema. Cayce describe un cuadro de cada órgano y de cada glándula del sistema que recibe información/impulsos de la mente activa, de la sugestión, de los sentidos y del ambiente. Esta comunicación se extiende luego a todas las partes del cuerpo humano en su actividad. Estos centros clave pueden entonces restablecer el equilibrio si funcionan adecuadamente —o producir desequilibrio—. Y esto puede resultar del alimento ingerido o de inyecciones o de cualquier actividad humana.

Cayce dijo que la ciencia de la osteopatía no era meramente trabajar ciertos segmentos o hacer crujir los huesos, sino que la manipulación osteopática restaura un equilibrio entre el sistema nervioso simpático y el cerebroespinal. Estos crean coordinación y una liberación de energías por la médula al resto del cuerpo, y al mismo tiempo trabajan en resolver los problemas en las bolsas (como él lo describió) o la lesión osteopática (como la describe la osteopatía), que a menudo puede ser causa de enfermedades. Cayce recordaba a la gente que los ajustes mecánicos como los medicamentos «son sólo correctivos —y la NATURALEZA, o la FUERZA DIVINA, es la que cura» (N.º 1467-9).

Para comprender a fondo cómo puede formarse o liberarse una lesión osteopática, o cómo puede suceder una subluxación de vértebras, sería mejor mirar algunos de los libros sobre osteopatía o quiropráctica. Cayce no necesitaba hacer esto, pues decía a la gente lo que les pasaba en la columna y cómo se podía corregir.

Es verdad que las condiciones de vida pueden crear trastornos tales en la consciencia como para producir una subluxación, y entonces Cayce indica cómo todo el cuerpo queda implicado. Dijo que cualquier estado anormal del cuerpo, sea cual sea, crea una tensión y tiende a robar energía a otras partes del sistema para corregir esta tensión. El equilibrio queda entonces alterado y siempre hay alguna parte del sistema que se resiente como resultado del problema original. «Aunque el dolor pueda estar en la espalda, el sufrimiento puede estar en la cabeza o en el sistema intestinal, o en otros órganos del sistema.» (N.° 5618-9.) Se debe entonces restablecer el equilibrio corrigiendo la lesión.

El masaje del cuerpo

Además de la manipulación, Cayce intuyó que el masaje era altamente terapéutico. Todos los participantes en nuestros programas del Templo Hermoso experimentan lo que se llama «masaje con música». Y siempre se convierte en una experiencia única y magnífica para ellos.

Stan, un camionero de unos 50 años, había contraído un cáncer de pulmón antes de realizar uno de nuestros programas recientes. Había fumado casi toda su vida. Las realidades espirituales que la mayoría de los miembros del grupo reconocían no tenían sentido para él. No creía en «esos rollos», o eso decía. No era un hombre grande, pero era musculoso, probablemente fuerte antes de su enfermedad y un tipo bastante «macho». Stan se llevaba mal con su hija desde hacía años y no quería admitir que esto le dolía profundamente. Se hizo evidente que necesitaba desesperadamente perdonar a su hija, fuera cual fuera su falta.

Al comienzo del programa de nueve días, Stan recibió un masaje con música. No lo quería pero no pudo encontrar una buena excusa para no hacerlo.

Estos tratamientos, inicialmente creados por Kay Ortmans, que empezó usándolos en los bosques de California cerca de Santa Cruz, duran de dos a tres horas. No se usan aceites, pero el cuerpo se mantiene caliente bajo una manta. El masaje es profundo y conmueve el cuerpo, pero no es nunca doloroso.

Es el movimiento de grandes grupos de músculos que despierta recuerdos del pasado, a menudo hasta de otras vidas. Y se realiza

con una música clásica que llena la habitación. La música actúa de puente entre el consciente y el inconsciente. Pero muchas experiencias están ligadas a ciertos grupos de músculos, y la combinación de circunstancias, expectativas, la música y el movimiento sacan mucho contenido valioso del inconsciente.

Stan no sabía en lo que se estaba metiendo. Tenía necesidades que no estaba satisfaciendo, algo relacionado con sus pulmones. En esta zona se halla el timo o centro del corazón. Es aquí donde los sentimientos de remordimiento, tristeza y dolor quedan encerrados en la consciencia, y ésta era la zona de la enfermedad de Stan.

Todo parecía tranquilo al empezar la terapia, hasta que Bárbara empezó a darle masaje en el pecho. De pronto fue como si le entrara por la cabeza una tremenda carga de energía y recorriera todo su cuerpo hasta salir por sus pies. Y ya no eran las manos de Bárbara las que tocaban su pecho, sintió las manos de Jesús que entraban en su pecho para remover algo en él. Stan empezó a llorar, pues por primera vez sentía que la historia de Jesús era verdad. Ahí estaba el Maestro, tocándole dentro del pecho donde había guardado tanto daño durante tantos años.

Cuando acabó y pudo terminar de llorar, Stan contó al resto del grupo lo que le había pasado. El resto del tiempo que pasó en Oak House intentó revivir la experiencia, repetirla, pero no pudo.

El último día del programa, algunos del grupo visitaron nuestra casa. En la habitación principal, que llamamos la biblioteca, tenemos una butaca que Gladys me regaló por el Día del Padre en 1952. Se echa para atrás y es muy cómoda. Ha sobrevivido dos generaciones y cinco casas y está como nueva. Todos nuestros seis hijos se acurrucaban en ella cuando cogían enfermedades infantiles. Siempre creíamos que si los chicos dormían ahí, les llegarían esas «ondas» curativas que se fueron desarrollando y mejorarían más deprisa.

Stan se sentó en ella mientras los demás andaban por la casa. Se recostó y cerró los ojos y poco después vi que le caían lágrimas por las mejillas. Me acerqué a él con cuidado, se las sequé y le moví un poco la butaca para que estuviera más cómodo. Stan se quedó ahí un largo rato y al final se levantó y vino con los demás que estábamos charlando cerca.

Un rato después, alguien le preguntó qué le había pasado y empezó a contarlo. Nos dijo cómo ansiaba revivir esa experiencia que

había tenido durante el masaje con música. No lo había logrado, nos dijo, pero al llegar a la casa había sentido deseos de sentarse en esa butaca. De pronto sintió que la misma energía embargaba su cuerpo, hasta salir por sus pies. No sintió las manos de Cristo, pero el sentimiento era parecido.

Stan perdonó a su hija. Probablemente significó el fin de una hostilidad que habría durado muchas vidas. Varios meses después murió. Muchos se enriquecieron espiritualmente por su experiencia, y también su alma, estoy seguro. Es uno de tantos cuyas vidas han cambiado por medio de esta terapia extraordinaria.

Cuando Erika da un masaje con música, los sones de Beethoven y Tchaikovsky y otros maestros aportan una base vibratoria que permite liberar mucho material valioso del inconsciente. Erika pide ayuda a los ángeles y a las fuerzas del cielo —y la recibe.

Además de este masaje, nuestros terapeutas dan también masajes de todo el cuerpo. Son tratamientos de 15 minutos, indicados para restablecer el equilibrio funcional del cuerpo humano. A algunos de nuestros terapeutas les gusta poner música al mismo tiempo, y se le pide al paciente que no hable para que el cuerpo pueda beneficiarse más eficazmente del masaje.

La mejor forma de recibirlo es en una actitud receptiva. Es difícil oír cuando uno está hablando. Por tanto, hacer preguntas o hablar de algo, sea lo que sea, reduce los beneficios curativos del masaje.

Al dar un masaje terapéutico, tanto el terapeuta como el receptor deben saber que, además de trabajar los tejidos, el masaje es siempre una forma de imposición de manos. Cada individuo afecta a la persona que toca. Siempre es un dar o un tomar energía curativa. Nuestros terapeutas entienden que están curando por el contacto a la vez que realizan la mecánica del procedimiento. Si el que recibe el masaje entiende esto también, se beneficiará más estando receptivo tanto a la actividad curativa como a lo que le llega por la energía que se le transmite.

Aunque incluso un masaje ocasional es benéfico, siempre intento recordar a la gente los beneficios que se pueden obtener de recibirlo regularmente. He oído —aunque no sé si es cierto o no— que Bob Hope * recibe un masaje cada día. No sé si será por eso o por la

* Conocido actor norteamericano de los años 60. (*N. de la T.*)

alegría que lleva a todos sus espectadores, pero algo debe estar haciendo para conservarse tan joven y feliz. Hace unos diez o quince años, parecía tener ochenta —ahora aparenta diez años menos, setenta, y parece que va a cumplir cuarenta y cinco.

Hace muchos años, un amigo mío, doctor Harold Reilly (al que mandaban centenares de pacientes que habían recibido mensajes de Cayce), me dio una respuesta que cito a cualquiera que me pregunta: «¿Con qué frecuencia debería darme un masaje?» Respuesta: «La frecuencia del masaje está totalmente determinada por el volumen de la cartera.» Una hora con un terapeuta profesional no sale gratis, así que muchos pacientes que buscan ayuda deben evaluar lo que su cuerpo concreto necesita en cuanto a masaje, y seguir ese criterio así como el de su bolsillo.

¿Qué beneficios recibe el cuerpo a través del masaje? Si acariciaras todo tu brazo izquierdo con tu mano derecha, en primer lugar te sentirías mejor por la forma cariñosa en que trataste a tu brazo izquierdo. Ese es el factor «amor». También te beneficiarías —y esto puede formar parte de «sentirse mejor»— de los millones de impulsos al sistema nervioso cerebroespinal que se generaron en el masaje que acabas de realizar. Aunque sólo implica a tu brazo izquierdo, se dieron también otros millones de mensajes al sistema nervioso autonómico que controla todo el funcionamiento de los sistemas y órganos vitales.

Esto explica por qué es importante que el terapeuta esté en una actitud generosa y amable mientras realiza el masaje —y por qué es quizá doblemente importante que el paciente sea receptivo a todo lo que el masaje le puede aportar de curativo para su cuerpo.

Todas estas funciones se entiende que pueden estar ocurriendo durante un masaje. Pero Cayce vio que ocurría algo bastante específico en un masaje aplicado a un chico de dieciocho años (N.° 2456-4) con leucemia aguda. Observó que algunos de los ganglios de la columna estaban o demasiado laxos en su función o demasiado tensos —causando que algunos órganos recibieran demasiados impulsos y otros demasiado pocos—. En este chico, los masajes no sólo mejorarían la circulación por varias partes del cuerpo, sino que también mejorarían el funcionamiento de los ganglios para poder recibir los impulsos nerviosos con más exactitud y distribuirlos de una forma más equilibrada.

Se puede entender que el masaje tiene un efecto equilibrador

sobre todo el organismo humano. Es como una lluvia suave de impulsos que hacen que el cuerpo empiece a coordinar de una forma más constructiva. Es también como el efecto sedante que sobre un grupo ejerce el amor de una persona.

La música creativa, no destructiva, es a menudo útil durante un masaje, pero ambas partes, terapeuta y paciente, deben estar de acuerdo al respecto. El paciente puede preferir un tiempo de silencio. En ese caso el silencio es lo mejor.

Una parte del cuerpo puede necesitar atención especial. Tal vez sea la espalda baja lo que ha sufrido más, o el hombro o el cuello o quizá el abdomen. Cayce dio numerosas sugerencias sobre la aplicación del masaje, dónde sería mejor concentrar la atención. No se ha llevado a cabo aún el estudio completo de los mensajes, aunque Mary Alice Duncan, una fisioterapeuta profesional, escribió un artículo en el número de enero de 1970 del *A.R.E. Journal* sobre masaje tal como se describía en los mensajes de Cayce.

Cayce sugería que a menudo era muy importante un masaje muy específico en los pies. Dijo: «Dése más masajes en las plantas de los pies, como debajo de los dedos, en el arco y en el talón» (N.° 2778-6). Esto ocasionaría luego algunos tirones en las pantorrillas y quizá debajo de las rodillas y en los muslos, pero sirve para restablecer una comunicación adecuada entre los miembros inferiores y el nacimiento del nervio ciático, situado en la parte inferior de la espalda. En cierto modo, los nervios terminales del ciático deben estimularse para normalizar su funcionamiento.

Muy a menudo se dan masajes para aumentar, en cierto modo, el flujo linfático al corazón. El ejercicio, tal como andar, sirve para esto mismo pues toda la circulación linfática posee válvulas y paredes musculares que hacen avanzar la linfa hacia su destino. Estos músculos son extremadamente finos pero existen.

A veces, Cayce sugería que el masaje se dirigiera lejos del cerebro. Esto se aplica especialmente a aquellos que han sufrido un infarto. El cerebro es el centro del esfuerzo por parte del cuerpo por repararlo y puede estar ya congestionado por la circulación y los esfuerzos del sistema inmunológico. En otros casos, aconsejaba un masaje para mejorar el funcionamiento de los nervios, y esto puede formar parte de la razón por la que Cayce sugirió dar masaje lejos del cerebro, para llevar los impulsos normales al sistema nervioso disfuncional en el lado afectado del cuerpo.

Ocasionalmente, Cayce sugería usar un vibrador. Para la indigestión indicaba (N.° 389-9) usar el vibrador «por todo el sistema cerebroespinal; extendiéndose especialmente a los miembros inferiores y realizando aplicaciones bastante específicas por la zona lumbar, por la novena dorsal y por la cabeza y el cuello.»

Para cualquiera que esté pasando grandes crisis emocionales o que esté sufriendo una tensión crónica, el masaje está especialmente indicado. Además de darse un masaje con la mayor frecuencia posible, una persona así puede usar el vibrador en casa. No se puede usar sólo, pero Cayce sugirió usarlo de la siguiente forma:

> «Cada noche, antes de acostarse, aplicar durante veinte minutos el vibrador eléctrico. Use el aplicador en forma de taza bajando por cada lado de la columna a la vez que en la columna misma, desde la base del cerebro hasta el final de la columna. Después de aplicar esto bien a toda la columna, extenderlo por la zona del diafragma desde atrás —es decir, alrededor del cuerpo por la parte inferior de las costillas desde la espalda—. Después aplicarlo por la zona sacra, que es la parte inferior de la espalda que va desde las caderas; y luego aplicarlo por el nervio ciático a lo largo del muslo, y especialmente debajo de las rodillas y a los pies mismos. Debe tomarse el tiempo necesario, no hacerlo para terminar enseguida.» (N.° 2452-1.)

El aceite que se elige es importante para el masaje en general. El aceite de cacahuete y de oliva, que Cayce sugería más a menudo, son los aceites básicos que usamos en la clínica. Cuando se mezclan los aceites en casa, se deben usar partes iguales de aceite de cacahuete y de oliva. Añadir agua de rosas da al aceite un aroma más agradable.

¿Por qué aceite de cacahuete? Cayce dijo esto en un mensaje:

> «... sí, el humilde aceite de cacahuete tiene en su composición aquello que ayuda a crear en la circulación superficial y en las fuerzas estructurales superficiales, así como en la piel y en la sangre, aquellas influencias que otorgan flexibilidad a la piel, a los músculos, nervios y tendones, que actúan para ayudar a partes estructurales del cuerpo. Su absorción y su radiación por todo el organismo fortalecerán también las actividades del cuerpo estructural mismo.» (N.° 2968-1.)

También ofrecemos en la clínica cursos de masaje. Un marido o una esposa o un amigo pueden aprender los rudimentos del masaje

para poder dar masaje en casa con regularidad. No será tan profesional como el que pueda dar un especialista en masaje, pero estará cargado de amor y de generosidad. Recordemos sólo que, sea cual sea el estado de una persona o el tratamiento que esté recibiendo, la terapia física puede ser un acto espiritual. Cayce dijo una vez que Dios está tan presente en una cucharada de aceite de ricino como lo puede estar en una oración.

Debemos entender también que cada individuo es como una flor. Ninguna flor se abre exactamente igual que otra, incluso las del mismo rosal. Así es que debemos entender que la gente con la que trabajamos tiene una consciencia que hay que apreciar en su singularidad. En una ocasión, cuando a Cayce se le preguntó si una persona concreta debería tomar aceite de ricino por la boca, contestó: «Si tienes una consciencia abierta al aceite de ricino, tómalo.» Es como el paciente que me llega pidiendo una inyección de penicilina para su dolor de garganta y me dice que cada vez que le duele, la penicilina se lo cura —ese hombre tiene la consciencia abierta a la penicilina—. Si no le doy la penicilina, probablemente no se le curará el dolor de garganta.

Intentamos lo más posible que nuestro enfoque terapéutico esté en línea con la consciencia de cada paciente y trabajar con él o ella apropiadamente. Al mismo tiempo, tenemos presente que no es la compresa de aceite de ricino, o el masaje, o la oración, o la visualización, o el té de hierbas lo que produce la curación. Es Dios el que se manifiesta en todo ello y despierta la consciencia en esos tejidos del organismo. Es como si la fuerza vital misma tocara la consciencia de las células dentro del marco humano y éstas despertaran y actuaran en su estado más iluminado de consciencia. Eso es la curación.

11

EL TRABAJO CON EL INCONSCIENTE

Cada paciente que llega al Programa del Templo Hermoso trae consigo una consciencia dividida. Es como una batalla que se libra entre la cabeza y el cuerpo, como decía Pablo: «No entiendo mis propios actos, pues no hago lo que quiero, sino precisamnete lo que aborrezco» (*Romanos* 7:15).

Hemos tenido innumerables oportunidades a lo largo de muchas vidas de ir llenando el inconsciente. Es como la programación informática, y precedió a nuestras modernas máquinas miles de años. Nuestra programación incluye muchos pensamientos, deseos y actos constructivos, así que esperamos que surjan cuando les llamamos. Sin embargo, también hay fuerzas negativas, destructivas, consecuencia de nuestros malos hábitos. Estas afloran también.

El problema, como yo lo veo, es que ambas están mezcladas en un almacén de memoria dentro de nosotros que dice a nuestra consciencia total: «Así es como son las cosas. Esto es normal, y cualquiera que piense de forma distinta simplemente no comprende dónde está la verdad.» Afortunadamente, esto no es así del todo. El ser real, el ser espiritual que ha viajado por muchas encarnaciones, no ha perdido nunca de vista realmente a ese ser divino que lo creó. El recuerdo puede estar enterrado profundamente por una capa de impulsos y acciones destructivas y negativas, ansias de autosatisfacción que se convierten en placeres.

Pero afortunadamente tenemos una conciencia. Es como un niño pequeño que levanta la cabeza y pregunta: «¿Por qué me estás haciendo esto?» La conciencia es la voz de ese ser espiritual que está intentando hacerse oír por nosotros para decirnos que tenemos un camino a seguir que ya se nos ha mostrado y para preguntarnos si lo vamos a seguir.

Sin embargo, en esta batalla aparentemente interminable, la suave voz de este niño se ve ahogada fácilmente por nuestro ambiente —por nuestra cultura, hasta por nuestros amigos y familiares y por nuestros compañeros de estudios—. Ellos parecen saber de lo que hablan y escuchamos *tantas* voces que preguntan: «¿Por qué escuchas las tonterías que dice ese niño?»

Podemos clarificar un poco las cosas localizando el campo de la batalla. El niño pequeño está situado en la cabeza y en el cuello —el gánster se encuentra en el cuerpo—. Es en las glándulas del cuerpo —las gónadas, las células de Leydig, las suprarrenales y en el timo— donde reina nuestra naturaleza animal como amo y señor... o *casi*.

Me resulta interesante que la línea divisoria esté justo encima de los hombros —ahí es donde se alinean esas fuerzas para luchar las unas contra las otras—. ¿Qué encontramos ahí? La glándula tiroides. Esta es la glándula que tiene tanto que ver con la voluntad. Cuando uno está demasiado gordo, a menudo dirá: «No tengo bastante fuerza de voluntad para ponerme a régimen de verdad.» Algunos nunca llegan a tomar la decisión de adelgazar, y su exceso de peso les lleva a contraer enfermedades de las que quizá nunca se recuperen.

Del mismo modo cuando el gánster, que siempre viola las leyes por su deseo egoísta que gira generalmente alrededor del dinero o del poder o de ambos, exige satisfacción dentro de la consciencia del cuerpo, el niño pequeño dice: «¿Qué hago?»

Ahora, lo raro es que este niño tiene más poder que el gánster, que mataría y heriría para conseguir lo que quiere. Pero el niño generalmente no se da cuenta de que con el poder de esa pequeña glándula puede regir el cuerpo como desee y el gánster no lo puede evitar. Los malos pierden la batalla.

¿Cómo ocurre esto tan curioso? Hay que tener en cuenta un factor, ya que el problema es con el niño pequeño. Mira hacia dentro, a la niebla de esa mente inconsciente y no sabe bien cuándo decir NO, cuándo tomar su decisión en un sentido o en otro. El gánster está muy seguro de qué hacer, pues sólo busca su propio beneficio. El niño puede estar tan confuso que haya olvidado su herencia y su naturaleza y se limite a «verlas venir».

El otro factor es un ideal. No una idea, sino un ideal. Si podemos conseguir que ese niño nos escuche lo suficiente, podemos sa-

turar la mente inconsciente con un ideal para que *sepa* de nuevo cuál es su destino y empiece a tomar esas decisiones. Una vez que le demos un baremo para medir cada acción que este cuerpo vaya a emprender, el gánster sale derrotado en cada enfrentamiento y hasta puede convertirse en una persona «como Dios manda».

¿Y qué hay entonces del ideal? ¿Qué podemos elegir como ideal? Se han propuesto muchos ideales, pero ¿cual podemos elegir como ideal que nos sirva no sólo para emprender el camino al hogar, sino para llegar a él? Estoy seguro de que muchos ya saben a cuál me refiero, pero permítaseme citar a Cayce en relación a la elección del ideal, pues su obra es lo que hemos estado investigando e intentando comprender durante muchos años desde que la conocimos. El ideal se centra en la vida que Jesús vivió en la tierra. Cayce señala que deberíamos hacernos la pregunta: ¿Qué querría Jesús que yo hiciera? cuando tengamos alguna duda sobre qué hacer en nuestras relaciones con nuestros semejantes, con nuestra familia y con nuestros problemas cotidianos. Este sería un ideal suficiente para enfrentarse con éxito a cualquiera de las situaciones de la vida.

Un ideal tiene que ser un fin último, y en los mensajes de Cayce y en mi propia idea de la vida el Cristo es esa clase de ideal. Cayce dijo: «¿Pues no se te ha dado a conocer... "El es la Palabra, El hace todo lo que existe y ha existido, y sin El nada tiene ser?" Y El mora en los corazones y en las almas de aquellos que buscan cumplir sus deseos.» (N.° 1326-1.)

Harvey Grady se dedica a ayudar a cada grupo de participantes en los programas a dar forma a sus ideales. Esto se puede hacer con la mente consciente, a pesar de lo que pueda estar diciendo en ese momento ese niño interno cuya voz se ha escuchado muy poco, o de una forma que no encaja con lo que la persona elegiría como su ideal.

El ideal se convierte entonces en el baremo con el cual cada uno puede guiar sus actos, de forma que los «males» del cuerpo puedan ser erradicados de las relaciones interpersonales en el mundo. Un baremo permite medir una acción propuesta y ver cómo se compara, cuál es su valor —quizá 75 a 90 por 100 o quizá sólo de 5 a 10 por 100—. Eso es para lo que sirve un baremo, pero tenemos antes que elegirlo y decidir usarlo.

Ahí es donde entra la fuerza de voluntad, pues cuando hemos establecido el ideal —el baremo— ya *sabemos* qué hacer. Ahí tam-

bién podemos encontrarnos con problemas y empezar a desanimarnos o a juzgarnos. Pero una de las mayores ayudas que yo he encontrado en estos mensajes referente a seguir un ideal y fallar, es la afirmación de que El juzga nuestros intentos. Eso significa para mí que Dios me querría aunque yo fallara una y otra vez, porque le interesa hacia dónde voy, no dónde estoy ahora mismo. Cada esfuerzo que hago por acercarme a esa meta está asociado con el conocimiento de dónde está esa meta y qué es, y esto debe alentarse, no desalentarse.

Por tanto, tener un fracaso después de haber establecido el propio ideal no es de juzgado de guardia, sino que es un esfuerzo que se debe apreciar aunque no haya tenido éxito, porque iba en la dirección correcta. Cayce también nos recordó que es mejor hacer algo mal que no hacer nada.

Pero mejor que hacer algo mal, es seguir el consejo que Cayce dio a una mujer de cuarenta y cinco años que tenía altas aspiraciones de desarrollo espiritual. Preguntó cómo podía alcanzar conscientemente el poder divino que sabía estaba dentro de ella y sacar fuerzas de El para realizar las grandes cosas de las que creía capaz. Y, claro, todas estas obras aspiraban a la perfección. Cayce le recordó que debía encontrar su ideal y saber cuál era. Dijo que Jesús el Cristo había prometido encontrarse con ella dentro de su propio cuerpo en su propio templo. Y que cuando meditara vería que «Esas instrucciones pueden venir —vendrán— por la comunión constante con El» (N.° 2533-1). Le animó no sólo a meditar, sino a practicar esa consciencia en sus relaciones con los otros día tras día; entonces le llegaría la capacidad de enfrentar con éxito a todos los desafíos con el poder que conoció en su experiencia previa.

A lo largo del programa, se pone énfasis en la capacidad de elegir en el trabajo con la mente, y siempre se trabaja también con la mente inconsciente —más aún porque todo lo que pasa por el consciente se convierte en parte del inconsciente.

Entonces los poderes de la tierra que se han desarrollado y han pasado a formar parte del inconsciente, y que yacen en esas glándulas endocrinas participando de los poderes de los centros espirituales, son convocados para que salgan a la luz y se descubran. Están siempre asociados con otras personas, así que los que han de encararse en esta encarnación se hallan en las personalidades de aquellos con los que nos relacionamos. Eso es lo práctico de toda esta

historia. Es como si cada persona fuera un espejo en el que uno puede mirarse a uno mismo. Y el espejo muestra tanto lo constructivo como lo contrario.

Las dificultades, entonces, con las que se debe trabajar y que deben clarificarse por la libre opción y por la aplicación de aquellas cualidades que se encuentran en el propio ideal, se identifican y se recibe ayuda.

Color, música y movimiento

Un puente que cruza el abismo entre la mente inconsciente y la consciente es la música. Por este puente levadizo pasa la información necesaria en el momento. La música tiene efectos terapéuticos maravillosos sobre mucha gente.

La música ha estado desde siempre asociada a la creatividad. Se ha dicho a menudo que el universo se creó por la música de las esferas. Estoy seguro de que los grandes compositores conectaron con las esferas más altas de la consciencia para traernos su música sublime para nuestro placer e iluminación. Cuando Jesús nació, se dijo que los ángeles cantaron como un coro celestial.

La música, pues, tiene una magia que está más allá de nuestra comprensión. Aunque puede usarse destructivamente. La música que eleva nuestros espíritus y que toca nuestras almas se convierte en parte del proceso de curación. Lo hemos visto pasar muchas veces. De su potencial curativo han nacido las escuelas de musicoterapia.

La expresión de que la música amansa las fieras es completamente cierta. E indudablemente hay una fiera salvaje en cada uno de nosotros. ¿Matamos a esa fiera o cambiamos su carácter? La música que amansa es uno de los medios por los que se puede lograr esa clase de curación en el ser humano.

Usamos la música en diversas terapias originales. La primera la llamamos movimiento con música. Lleva a los participantes a entrar en contacto directo con la música y su contrapartida, el color. Las habilidades artísticas de cada persona tienen también la oportunidad de manifestarse y expresarse.

Erika muestra a los participantes una película sobre el programa Wellsprings de Kay Ortmans de movimiento con música, y luego los

lleva al jardín y les ofrece una serie de telas de colores que brillan en el sol. Con la música de fondo de Mozart, evolucionan por el jardín, algunos corriendo, otros deslizándose, otros marchando al son del espíritu y de la música. Uno encuentra en las venas de su memoria la sangre de los gladiadores; otro la de una bailarina. Pronto pierden su timidez por actuar de nuevo como niños mientras se mueven y bailan, poniendo a prueba sus recursos internos y confiando y soltándose; profundizando en sí mismos y sintiéndose libres de nuevo.

Los colores brillantes de las telas recuerdan las otras experiencias, quizá otras veces. De vez en cuando, afloran sentimientos que han estado ocultos desde la infancia (o incluso más profundamente todavía) —lágrimas, alegría, tensiones o acontecimientos dramáticos en algún país o época lejanos.

Uno puede tumbarse en el suelo con los brazos extendidos, cubierto por la tela como si le hubiera disparado una flecha. Otro se sienta con una tela naranja alrededor de los hombros como si estuviera meditando en una cueva de la montaña en un sitio muy lejano.

Una mujer se movía lentamente como si estuviera en trance mientras la música inundaba el jardín. Luego, en una puesta en común, dijo que «de verdad» estaba en una mansión inglesa, mirando por las ventanas al jardín donde jugaba una amiga suya. Podía sentir el frío de las piedras y oler la humedad del aire de la mansión.

La música transportó a uno de los hombres del grupo a Roma donde desfilaba al compás de las trompetas y los tambores al frente de su ejército y seguido por una fila de prisioneros encadenados. Toda clase de sentimientos y recuerdos acuden a la superficie a medida que la música permite el paso a más tráfico que cruza el puente entre la mente consciente y la inconsciente.

Después del juego al aire libre con música y color y puesta en común, el grupo entra dentro y se da rienda suelta a sus tendencias artísticas. Usando tizas y papel especial, dibujan lo que les sugiere la música. De pronto su inconsciente se hace presente para ellos en forma de símbolos. Pueden aparecer multitud de símbolos: pirámides, el sol, la cruz, pájaros, estrellas, números, águilas, leones y tigres, flores, lámparas, árboles, lagos y océanos. Muchos pintan un camino o sendero; a menudo lleva a una montaña. Estos símbolos pueden usarse luego para crear un sello vital.

El sello vital es una imagen creada por uno mismo o elegida, de los diversos acontecimientos —o símbolos de ellos— que resultan

más significativos en el camino que lleva a lograr el objetivo vital de cada uno. Puede tener cualquier tamaño —animamos a los artistas que enmarquen sus cuadros y los coloquen en su casa donde los puedan ver a menudo—. Algunos tienen formas circulares, otros rectangulares o cuadrados. Una artista conocida hizo su sello vital en miniatura con cartón, pero luego lo hizo en tamaño grande y de metal.

Los miembros del grupo reciben mucha ayuda a la hora de buscar cuál es su verdadero fin en la vida. Margie les enseña diapositivas de otros sellos vitales, entre ellos el de Edgar Cayce que surgió en un mensaje que dio. Muestra símbolos de experiencias de vidas pasadas que fueron importantes para realizar su fin en esta vida: la pirámide, el oasis con tres palmeras, los cisnes, el velero y la cruz, todos dentro de un círculo. Cada uno de nosotros puede encontrar su papel dentro del marco del objetivo final de Dios para todos. Como dijo Cayce, «es hacer que todo el ser de una entidad —cuerpo/alma y mente/alma— se haga más parecido a Dios, a Cristo o al Hijo.» (N.° 1483-1.)

Así es como empieza la aventura del descubrimiento dentro de los espacios ilimitados de la mente.

Visualización, imaginación dirigida y dinámica de grupo

Hace varios años, un grupo de médicos de la Universidad de Duke publicó un estudio sobre la relación de la ira y las enfermedades del corazón. Mostraron que aunque el tener un alto índice de ira-hostilidad puede ser un rasgo de personalidad, también puede inducirse en gente que antes no lo poseía. La crítica constante, el hostigamiento y el desprecio pueden crearla en alguien que hubiera empezado «limpio», por así decir.

El estudio mostró que tanto si la ira y la hostilidad son rasgos de personalidad como si es un problema impuesto por otros, desde luego puede causar enfermedades del corazón y agravar dolencias ya existentes. Más aún, a partir del examen de certificados de defunción y de los historiales médicos de otro grupo de hombres se halló que aquellos que tenían personalidades marcadas por la ira y la hostilidad murieron de enfermedad del corazón o de un empeoramiento de una enfermedad anterior antes de lo que la estadística pudiera predecir.

Cayce explicó lo que nos ocurría cuando dejábamos que nos dominara la ira. Dijo: «Seguid en esa actitud de pensamiento constructivo porque, ciertamente, los pensamientos del cuerpo actúan sobre las emociones, así como sobre las fuerzas asimiladoras. Los venenos se producen y acumulan por la ira o el resentimiento o la inanimadversión. ¡Sé amable!» (N.° 23-3).

La forma de evitar el peligro es tan antigua como la Biblia. Como dice un proverbio del Antiguo Testamento: «Una respuesta amable aleja la ira.» Esto significa que tenemos opción. El blanco de tal hostigamiento puede elegir no adoptar el rasgo de ira-hostilidad si él o ella se da cuenta de que esto es posible y de verdad quiere evitarlo. La persona que tiene ya la ira asentada en sí misma, por así decirlo, puede también modificar su índice de riesgo de infarto eligiendo adoptar una actitud de no-hostilidad en su trato con los demás. Luego tenemos que recordar también que la persona hostil y el receptor de su ira son espejos el uno del otro. Nos recuerda el dicho de «Dios los cría y ellos se juntan».

Superar la ira puede no ser fácil. Puede hacer falta ayuda profesional. Nuestras sesiones de grupo en el programa generan muchos cambios. Las experiencias de visualización llevan a muchos a darse cuenta de lo que son capaces si aplican su mente de una forma constructiva. El visualizarse a uno mismo siendo amable puede generar amabilidad —puede llevar tiempo, pero ocurrirá si el proceso se lleva a cabo consistentemente, con persistencia y mucha paciencia.

En las sesiones de grupo, la imaginación dirigida lleva a menudo a los participantes por un camino hasta la puerta de su templo interior donde se encuentran con su propio ser superior o su maestro. Una experiencia así llevó a un hombre por una senda llena de bruma, vestido con una túnica, mientras oía una suave música. No sabía adónde se dirigía, pero sabía que iba bien. Cuando se disipó la bruma, se encontró delante de una preciosa capilla. Pensó que debía de ser una catedral, pero era demasiado pequeña. Dentro estaba la figura de Jesús, que le llamó y le llevó a un asiento delante de un semicírculo de gente sentada cuyos rostros e identidades no podía discernir. Después se vio cara a cara con Jesús y tuvieron una profunda conversación. No pudo recordar lo que dijeron, pero sabía que era importante, pues su vida cambió desde ese momento.

¿Qué hacemos con estas experiencias profundas y significativas? Sencillamente pasan a formar parte de la vida de uno, como encon-

trarse de nuevo con un amigo del colegio después de muchos años. Pero el significado que hay detrás de una experiencia así, que nadie más puede ver o sentir o imaginar de verdad, la convierte en un nuevo comienzo en la ruta hacia el propio destino y el cumplimiento del propio fin en la vida.

Al mismo tiempo, los cambios que se producen en la forma en que uno actúa a partir de entonces suponen un cambio para mejor en cuanto a la salud. En otras palabras, se fomenta la curación.

Uno de los mayores problemas emocionales que a su vez han desencadenado enfermedades graves son: la culpa, el miedo, la ira o la crítica (dirigida hacia uno mismo o hacia otros). La mayoría, si no todas estas emociones, son el resultado de los juicios. Por tanto, en al menos una de las sesiones de grupo, la gente encuentra dentro de su consciencia interna a su propio juez particular. Y ese juez les persigue durante muchos días hasta que pueden liberarse de la tendencia de juzgarse a sí mismos o a los demás. Esto, a su vez, empieza a liberar la culpa y a sustituir el juicio por el perdón.

El seguimiento de todas estas oportunidades, desde luego, requerirá sesiones individuales posteriores de asesoramiento psicológico en las que se pueda profundizar en todo ello y seguir avanzando en la dirección del conocimiento de uno mismo.

Desvelar el pasado: desarrollando las propias dotes psíquicas

Todo el mundo puede ser vidente, insistía Edgar Cayce. Definía la videncia como parte de la actividad del alma. La mejor prueba de ello es que cada noche, cuando nos dormimos, soñamos. Puede que no recordemos nuestros sueños, pero *sabemos* que todo el mundo sueña. El soñar es una experiencia psíquica de videncia, y, por tanto, es una actividad del alma. Es una manifestación de la propia capacidad psíquica o fuerza anímica, dijo Cayce. Pero la capacidad psíquica tiene muchos otros aspectos. Cayce dijo que, en el sentido más real, la actividad psíquica del vidente es una expresión del sentido latente u oculto del alma y de las fuerzas anímicas.

Ejercitamos a fondo las fuerzas anímicas de los miembros de nuestro grupo. Una sesión completa trata de la psicometría, el arte de tener un objeto en la mano y sentir su vibración y reconocer de dónde provino o cuál es su historia. Algunos individuos muy dota-

dos usan la psicometría para sintonizar con la mente consciente o inconsciente de otra persona. A cada miembro del grupo se le da un objeto para sentirlo y sintonizar con él. Se les pregunta qué «sienten» o «piensan» sobre el objeto. Es bastante sorprendente para la mayoría ver que sí pueden saber algo sobre un objeto que nunca habían visto antes.

Luego, con ayuda de un miembro del equipo que sabe ver el aura, intentan verse unos a otros sus auras. Y algunos sí empiezan a verlas. Luego se colocan por parejas mirándose a los ojos y empiezan a ver retazos de experiencias de otras vidas que ha vivido su compañero. ¿Son verdad o son sólo imaginaciones? La imaginación es la capacidad creativa del individuo que se abre paso por la mente autonómico/inconsciente del organismo. Así que tal vez sí sea la imaginación.

Cayce quería usar las fuerzas anímicas o psíquicas que había recibido para ayudar a los demás, pero decía que estos mismos poderes yacían latentes en cada persona. Indicaba que la capacidad psíquica de cada persona podía desarrollarse aplicándola, no sólo pensando, sino aplicándola. Para algunos, pensar sirve para actuar; para otros es sólo un pasatiempo interesante. La *aplicación* es un estodo distinto. (N.° 256-2.)

Podemos captar este poder del alma, pero siempre debemos recordar su fuente y que los deseos de esa única Fuente son hacer el bien. El ignorar esto y usar los poderes psíquicos con fines egoístas crea penalización para el sujeto. En la Biblia se le llama recoger lo que se ha sembrado. O se puede mirar de esta manera: se ha desafiado la voluntad de Dios, así que tendrás la oportunidad de ver a alguien a quien quieres desafiar *tu* voluntad. Por haber sido desafiante al imponer tu voluntad, alguien será desafiante contigo. De paso, uno se va alejando cada vez más del propio fin en la vida.

Así, la misma fuerza vital que usamos momento a momento es en verdad el poder del alma —no sólo las habilidades especiales como recordar vidas pasadas, tener sueños magníficos, o dar mensajes desde un estado profundo de consciencia.

Todo se puede aprender, pero ¿con qué fin? ¿Encaja dentro del motivo por el que entraste en esta encarnación? Si no es así, es mejor usar las energías disponibles para crear aquellas circunstancias y actividades que sí te lleven en esa dirección. Estos son los consejos que damos a cada persona del grupo, pero les animamos a

probarse a sí mismos —quizá ya han ejercitado alguna de estas capacidades en alguna vida pasada y pueden usarlas ahora con éxito.

Por la tarde, les dejamos que prueben una experiencia de rememorar. Lo llamamos música, movimiento y recuerdos. Buscan un lugar para el recuerdo, en algún sitio de la casa donde puedan tumbarse con una manta ligera y una almohada, asegurándose de tener a mano su bloc de notas, de forma que puedan escribir lo que les venga. Luego, tras un breve período de relajación, mientras le leemos algo sobre sus capacidades psíquicas y los fines de éstas, les recordamos que no deben mirar a los otros, sino dentro de sí mismos, y encontrar esa voz queda y suave que puede darles lo que necesitan en el momento. Pues son verdaderamente manifestaciones del amor de Dios y son uno con El.

Les recordamos que durante el tiempo que dure la música, tendrán visiones a veces de experiencias materiales en la tierra —estancias—, y que al relajarse con la música y abrirse como lo harían en la meditación, pueden ganar mucho —no tanto en el sentido físico, como se suele llamar, sino un despertar del verdadero ser y de una parte de uno mismo que se haya perdido o adquirido en experiencias pasadas—. El traer éstas a la consciencia en el momento presente —especialmente cuando el amor es parte de la acción— puede convertirse en una bendición.

Luego, se hace una pequeña meditación seguida por imaginación dirigida en la que les lleva a subir las escaleras de su Templo de Sabiduría a encontrarse con su maestro y a continuación a encontrar los documentos que buscan. Después, se les instruye a que se vayan lentamente, sin hablar unos con otros, de la habitación donde comenzaron el proceso a su lugar para el recuerdo.

A partir de entonces, la música dirige el proceso, y una hora y media después se les pide que vuelvan al lugar de reunión para hablar de sus experiencias. Casi todos intentan al principio explicar sus recuerdos como meras fantasías. Piensan que probablemente habían visto esos lugares en algún viaje, lo cual puede ser cierto. Pero la imaginación es una parte creativa de la propia mente y puede aportar más a la consciencia que recuerdos inmediatos.

Tres personas de un grupo hablaron de sus recuerdos de estar en un salón de baile en Francia en un magnífico palacio donde estaban bailando. Uno dijo que recordaba haber visto a uno o a los otros

dos. Otro dijo que un hombre entró de golpe en la sala de baile diciendo que había estallado la Revolución Francesa.

Todos habían escrito lo que habían experimentado mientras dejaban que la música abriera el paso a sus recuerdos que fluyen del inconsciente a la consciencia. Reconocemos que algunas serán completas fantasías, pero hay *flashes* de visiones que no deben ignorarse, y a veces son todo un fragmento de una vida pasada.

¿Y para qué han de servir? Cayce dijo que había que mirar hacia atrás para comprender y hacia delante con esperanza. El entender nos acerca un poco más a esa meta, a esa unidad que se nos ha prometido desde el principio. Y el sacar a la luz una experiencia del pasado a menudo nos aclara mucho por qué tenemos tendencias que parecen crearnos dificultades en esta vida. Entonces podemos esforzarnos en limpiarlas de nuestra mente —en reprogramar el cuerpo como uno haría con un ordenador si estuviera imprimiendo la información incorrecta.

La tendencia negativa o destructiva siempre tiene su contrapartida en una constructiva. ¿Acaso no desea cada uno en el fondo ser útil a alguien? Se puede ver en las personas más desagradables cómo se vuelven suaves y amables con sus niños cuando llegan a casa. Tienen su lado amable, sólo que necesita desarrollarse, primero a través del reconocimiento, luego a través de su ejercitación —aunque sea difícil— en sus relaciones con la familia, los amigos, los compañeros de trabajo y hasta con aquellos que no le caen bien.

Estos parecen ser los beneficios obtenidos de sesiones en las que aquellos que atraviesan dificultades físicas y mentales buscan en sus experiencias de vidas pasadas cualquier consejo o ayuda que puedan encontrar.

Abrir la llave de los sueños

Hace algunos años tuve un sueño que me pareció absurdo al principio, pero que todos —la gente de nuestro grupo de estudio— trabajamos. Empezó dándome cuenta de que un rey egipcio había nombrado un sucesor para el trono. Parecía que yo era ese hombre —parecido a José en la historia bíblica (*Gen.* 39:4). En el gobierno del país, yo tenía un ayudante al que había encargado que guardara los tesoros nacionales en un lugar seguro. Era de absoluta confianza

y siempre me diría la verdad, por tanto, podría saber siempre a través de él los secretos del país.

Lo interesante del sueño es que le llamaban el Tonto, porque nunca decía nada más que no. Ese era todo su vocabulario. Todos los demás pensaban que era tonto y no le hacían ni caso. Yo, sin embargo, sabía que era sabio, que sabía dónde estaban escondidos todos los tesoros del país y que era totalmente honrado. Siempre podía obtener información de él simplemente haciéndole preguntas que pudiera contestar con un sí o un no.

Nuestra interpretación del sueño fue que el Tonto era en realidad mi yo soñador, mi capacidad de soñar. Me estaba diciendo que si yo quería una respuesta, sólo tenía que tomar la decisión de hacer una pregunta antes de dormirme y luego preguntarle a mi «Tonto» si era correcto. El silencio sería un «sí». Si obtuviera respuesta, sería siempre un resonante «no».

Luego me di cuenta de que realmente tenía que tomar decisiones y avanzar en alguna dirección, y sólo luego pedir consejo. Mis sueños contendrían un sentimiento o una acción positiva o negativa, y esa sería mi respuesta. Desde entonces, Gladys y yo hemos usado los sueños para obtener consejo.

Los sueños de cada uno se desarrollarán de una manera específica si les prestamos atención. Es como una profesora que hace más caso a los que hacen preguntas y se interesan por lo que está enseñando.

A partir del primer día, nuestros participantes que están intentando desarrollar su propio Templo Hermoso (aunque no se den cuenta) reciben instrucciones sobre su vida onírica, y cada mañana en el desayuno hablamos de los sueños. Uno o dos de los miembros del grupo se ganaron el título de «Soñadores Mayores» porque todas las mañanas tenían un sueño que contar.

Yo siempre sugiero que compren un cuaderno de espiral para apuntar sueños, con grandes letras en la tapa que digan CUADERNO DE SUEÑOS. Luego se pueden empezar a numerar los sueños, fecharlos, decir dónde tuvo uno el sueño y dejar sitio al final para escribir los símbolos e interpretaciones de cada sueño. También sugiero que uno escriba la pregunta/problema que estaba considerando antes de dormirse, pues a menudo es de eso de lo que trata el sueño.

El sueño trabaja con la mente inconsciente que está activa cuando

se duerme. Todas las funciones del cuerpo continúan, supervisadas por el mismo sistema nervioso autonómico y sus glándulas anexas, nuestra parte que se parece a un ordenador, donde se almacenan todos los recuerdos de vidas pasadas y de donde puede venirnos el consejo —pues es ahí donde mora el ser superior o ser de Cristo.

Del ser espiritual puede venirnos la ayuda para mantenernos en el camino hacia donde realmente queremos ir. Y sí llega, pero de muchas maneras distintas. A menudo contiene muchos consejos prácticos para el cuerpo físico. Esto es natural, pues el cuerpo, la mente y el espíritu son en realidad uno, y ayudar al cuerpo es como ayudar a la mente.

Uno de los pacientes de Gladys le contó un sueño que creía se refería a su alimentación. Gladys le había dicho que debía tomar más vitamina C. Lo había hecho, y a continuación había tenido este sueño: «Yo iba andando por la acera, volviendo a casa del supermercado con una bolsa llena de zanahorias. De pronto, de un árbol, me cayó un limón podrido en la bolsa de las zanahorias.» Las dos decidieron que estaba tomando demasiada vitamina C y que debía reducir su consumo y tomar ahora más vitamina A. También podría haber querido decir que la vitamina C que estaba tomando podía amenazar su aporte de vitamina A.

A veces soñamos por otros. En un momento en que mi vida estaba revolucionada porque la clínica estaba pasando por una época difícil, yo estaba reaccionando con mucha ira y resistencia. Mi amigo, James McCready tuvo este sueño:

> «Yo estaba en pie al lado de un camino de cenizas que venía de mi derecha y se alejaba a mi izquierda para perderse en la oscuridad. Por mi derecha venía andando por el camino un enorme y majestuoso tigre de Bengala. Detrás de él, agarrado a su cola con las dos manos y con los pies ensangrentados extendidos como para detener la marcha del tigre, venías tú, Bill McGarey, agarrándote como si te fuera la vida en ello. Cuando llegaste adonde yo estaba, dijiste: "¿Qué demonios puedo hacer, James?" Yo dije: "¡Suéltate idiota!" Te enfadaste tanto que soltaste la cola del tigre y me pegaste un puñetazo.»

Ese fue el final del sueño. Huelga decir que me libré de las actividades en las que se disparaba mi adrenalina y que me habían causado tanto estrés. (Las glándulas suprarrenales producen la respuesta de lucha-huida en el cuerpo.) Tenemos que aprender de

todos los sueños si es posible y luego llevar a la práctica lo que hemos aprendido.

Cuando uno considera la forma inhumana en que se trata a mucha gente hoy en día, las atrocidades, el egoísmo, la avaricia que abundan aún en el mundo, no es de extrañar que la humanidad tenga que reparar estos males de alguna forma. Hay una ley: «Aquello que uno siembra, eso cosechará» (*Gálatas* 6:7). Quiere decir que todo lo que se da, se recibe. Algunos lo llaman karma. Para mí significa que no podemos hacer algo física o mentalmente en esta vida sin que nos salga al paso más tarde de alguna forma.

La belleza del hecho de que la mente sea la constructora estriba en que no nos tenemos necesariamente que encontrar con lo mismo. Si hemos hecho daño a otro, por ejemplo, podemos repararlo obedeciendo a una ley más alta que la que llamamos karma, la ley de la causa y el efecto. La ley más alta es que cuando nos encontramos de nuevo con lo que hemos sembrado, podemos borrar los libros ejercitando las cualidades de comprensión, perdón y paciencia.

Estas cualidades son aspectos del amor, y sospecho que Dios es amor y que lo único que quiere es que nos dejemos a nosotros mismos ser proveedores de amor de la misma forma que lo ha sido El. Esto se logra por medio de una consciencia más alta que sustituye a aquella que clama ira y venganza. Y luego, como en el sueño, podemos seguir el consejo y soltar la cola del tigre.

Esto es lo que le ocurrió a Susie, una de nuestras pacientes del Templo Hermoso, divorciada y con dos hijos. Su ex marido había sido condenado por abuso infantil. Cuando salió de la cárcel desapareció, llevándose a los niños con él. Loca de pena y de preocupación, Susie empezó a tener pesadillas por las noches. Noche tras noche se repetía casi la misma: Se acercaba a la casa de su ex marido y le veía dentro con los dos niños. Entraba en la casa con un gran cuchillo afilado en la mano, que había llevado escondido. En su sueño le amenazaba con él y luego intentaba clavárselo en el corazón. Rápido como un rayo, él cogía a uno de los niños y se lo ponía delante; el cuchillo atravesaba el pecho del niño, matándolo y dejando las manos de Susie llenas de sangre. Se despertaba en un mar de lágrimas. Esta pesadilla continua seguía cuando entró en el programa, dos años después de su desaparición. El que los detectives no pudieran encontrar a sus hijos aumentaba su angustia.

Cuando se lo contó al grupo, le dijeron: «Tienes que soltar la ira y el odio. Tienes que perdonar. Tienes que pedirle a los poderes de lo alto que cuiden a tus hijos. Tienes que recordar que cada uno elije dónde y para qué ha nacido. Puedes acabar con la angustia. Los niños sufrirán menos si la sueltas.»

Susie no podía aceptar esta interpretación inmediatamente, pero a medida que avanzaba el programa se iba resistiendo cada vez menos. Luego, justo antes de acabar el programa, tuvo un sueño muy distinto. Estaba de nuevo delante de la casa de su ex marido. Miró hacia dentro y vio a sus hijos jugando y contentos. No llevaba ningún cuchillo en la mano. Sonrió, abrió su saco de dormir en la hierba del jardín y se tumbó, mirando a las estrellas. Ese fue el final del sueño, y cuando acabó de contarlo, todos los demás aplaudieron.

Susie había aplicado la ley superior. No sólo se había aliviado de una tensión que le habría llegado a causar alguna enfermedad física grave, sino que su acto de perdonar debía sin duda tener un efecto benéfico en el desarrollo de sus hijos, pues el sueño no le estaba diciendo más que la verdad.

Así, a medida que abrimos la llave de nuestros sueños, empezamos a recordar los sucesos del pasado, empezamos a procesar nuestra comprensión de lo que ha pasado y después aprendemos qué hacer para crear una solución totalmente constructiva y positiva para todos los implicados.

Susie, en algún momento de sus vidas pasadas había creado la actitud que había de servirle ahora de espejo para verse bajo otra luz distinta. Luego conectó con el secreto que permanece escondido para tantos otros, que puede traer, y de hecho trajo, salud a su mente, sus emociones y sin duda a su alma. Y actuó preventivamente para evitar ponerse enferma.

En palabras de Cayce, el dilema de Susie se resolvió porque siguió el consejo de que:

> «*Amor,* pues, *Divino*; como se manifestó en Jesús de Nazaret, esa debe ser la norma, el baremo, por el cual debes juzgar tus motivos, tus impulsos, tus asociaciones. Pues sin El nada de lo que se hace puede durar.
>
> El *hombre* puede poner piedras en el camino para tropezar; ¡sólo

Dios —en el corazón del hombre— las puede convertir en piedras pasaderas! *

Ama al Señor, guarda sus caminos, manifiéstalos en todas las actividades de tu vida. Deja que los otros hagan lo que quieran, pero tú y tu casa, ¡*ama,* obedece al Dios *vivo*!» (N.° 1497-1.)

* Por las que se vadea un río. (*N. de la T.*)

12

ENERGIAS QUE ACTUAN PARA SANAR EL CUERPO

Despertarse por la mañana para encontrar que tiene uno el lado derecho de la cara paralizado es una experiencia muy traumática. La mayoría de nosotros hemos tenido alguna vez parte de la cara insensible por la anestesia dental. Eso es bastante desagradable —hablamos mal, sentimos la cara «rara» y nos sentimos incómodos ante los demás—. Pero cuando todo el lado derecho de la cara se encuentra de pronto totalmente paralizado, eso sí que *es* traumático.

Cuando le sucedió esto a Darlene, un ama de casa que no había acudido nunca a la clínica con anterioridad, creyó primero que había tenido un infarto. Pero la parálisis no parecía afectar ninguna otra parte del cuerpo. Acababa de volver de un viaje en coche cuatro días antes, y esa noche había dormido con el ventilador de techo encendido. Le diagnosticamos como parálisis de Bell, lo que significa que hay una lesión en un gran nervio periférico conectado con la cara que causa la flaccidez de ese lado del rostro.

El pronóstico para un enfermo de parálisis de Bell no es muy optimista. A veces persiste y el cuerpo no puede nunca volver por completo a la normalidad. La mayoría de las veces, según mi experiencia, durará bastantes semanas si no se hace algo verdaderamente constructivo. Mi suegro sufrió una parálisis de esta clase el día después de haber conducido varios cientos de millas con su ventana abierta y con el aire golpeándole la cara. Eso fue en los años 50, cuando no existía la electroterapia. Pasaron ocho semanas antes de que su cara recuperara su funcionamiento normal.

Darlene, por otro lado, se podía beneficiar de la existencia de nuevas terapias en el campo de la medicina energética. El día después de su diagnóstico en nuestro departamento de medicina ener-

gética se le dio una hora de tratamiento con nuestros instrumentos de acuscopia y miopulsión. Estos aparatos están hechos para identificar y mostrar en la pantalla del monitor las energías anormales cerca de la superficie corporal. Esas zonas problemáticas pueden ser tratadas hasta que se normaliza el flujo de energía. El nombre que se le suele dar a esa terapia es el de tratamientos con neuroestimulador eléctrico transcutáneo (tratamientos TENS). La eficacia de tal tratamiento yace en la restauración del aporte nervioso normal a una determinada zona.

Tras el primer tratamiento, Darlene dijo sentirse mucho mejor. Sentía que su cara estaba mejor y que estaba empezando a poder moverla. Después de su segundo tratamiento seis días después, la parálisis había desaparecido casi por completo, y estaba casi igual que antes de esa noche en que el ventilador le causó la parálisis facial —sólo un ojo un poco lloroso, pero se cerraba normalmente, y el resto de las pruebas eran normales—. Yo estaba muy contento, pero ella mucho más, y esa es la satisfacción de ejercer la medicina, ver cómo el cuerpo vuelve a la normalidad. Después de un tercer tratamiento una semana más tarde no quedaba ya ni rastro de problemas.

Un chequeo tres semanas después demostró que todo estaba bien. Darlene había tenido un problema serio que resultó ser una experiencia vital muy enriquecedora. La mujer que trabajaba con ella en la aplicación de la terapia también se benefició, pues no sólo le encanta trabajar con el equipo, sino que también conoce el valor de tener una actitud psicológica de dar y sanar para que el paciente obtenga lo más posible de la terapia.

Justin tuvo una experiencia distinta, pero igual de emocionante. Era un joven normal, atlético a sus veinte años y aficionado a los deportes. De pronto, sufrió una debilidad y malestar generalizados. Sus síntomas apuntaban a lo que se denomina el síndrome vírico de Epstein- Barr, causado por un virus que parece estar relacionado con el que está asociado con la mononucleosis. Este estado suele aparecer después de un episodio de mononucleosis infecciosa, que Justin había sufrido.

Había consultado con un especialista, y desafortunadamente cuando se realizó una biopsia de un nódulo linfático de la zona del hombro derecho, le cortaron un nervio. El resultado fue una atrofia progresiva de todo el grupo de músculos del hombro derecho.

Dos meses después de la biopsia, cuando acudió a la clínica por primera vez, no podía mover bien su brazo derecho y todas sus esperanzas de seguir haciendo deporte se estaban desvaneciendo. Justin estaba bastante desanimado. Le mandamos a nuestro Departamento de Medicina Energética para un tratamiento de acuscopia. Tras seis semanas de tratamiento con el acuscopio, su neurólogo le examinó de nuevo y dijo que su nervio había empezado a curarse y que los músculos se estaban regenerando.

La terapia continuó semanalmente, y once semanas después de su llegada Justin había recuperado por completo el movimiento de su brazo derecho, los músculos se le habían regenerado y a todos los efectos había vuelto a la actividad normal. Justin, naturalmente, estaba encantado de su recuperación. Con su hombro normalizado, aún tenía que pasar un tiempo trabajando para superar el problema del virus de Epstein-Barr. No todos los problemas del cuerpo humano se corrigen a la vez. Eso es probablemente bueno en lo que se refiere a la consciencia del individuo, pues cada experiencia es una oportunidad de crecimiento espiritual, y Justin aprovechó bien su experiencia. Ahora tiene otra más en su haber.

Longevidad

Si un nervio se puede regenerar y se puede traer nueva vida a un grupo de músculos administrando impulsos eléctricos desde el exterior a la superficie de la piel, es razonable pensar que el mismo poder que existe dentro de la piel de la salamandra tiene su réplica en un mecanismo fuera del cuerpo. Sea cual sea el mecanismo, derivado o no de esa fuente de vida del ser humano, recibe el nombre de regeneración, y estos poderes que pueden generar esto dentro llevan a la salud y a la larga vida.

La longevidad y los procedimientos de rejuvenecimiento que llevan a ella ocupan un lugar prominente en los mensajes de Edgar Cayce. Igualmente, en todos nosotros, la longevidad inspira bastante respeto. Si no vivimos mucho, pensamos, ¿cual es la alternativa? Y hay pocos que la eligen.

El camino a una larga vida es a menudo dificil de conocer y, como la mayoría de las cosas, lo descubren a veces aquellos que no estaban buscándolo activamente. Charlie Smith es un ejemplo.

Nacido en Liberia en 1842, fue capturado de joven y traído a este país antes de la Guerra Civil y vendido como esclavo (que forma parte de la desgraciada herencia de nuestro país y su karma consiguiente). Vivió no sólo para obtener su libertad, sino para gozar de más de cien años de vida como un americano libre. Finalmente pasó a otra dimensión en 1979 a la edad de 137 años, abandonando su trono como el hombre más anciano de los Estados Unidos. Su hijo de 73 años acudió a su funeral.

Vivir más de cien años no es realmente tan raro. En Hebrón, Israel, Jajj Yousef Awad Mohammed Burkan murió en 1980 a la edad de 150. Había trabajado en la obra del canal de Suez en 1860, había sido soldado en el ejército turco treinta y cinco años y había cultivado la tierra cerca de Hebrón los últimos setenta años de su vida. Se había casado tres veces, la última a la edad de cien años. Burkan debía de ser como se decía que era Moisés a la edad de ciento veinte años —ojos claros y en plena forma—. ¿Qué es lo que hace posible una vida tan larga? Cayce dijo que tenemos el poder de mantenernos jóvenes y activos:

> «Pues la habilidad del funcionamiento de las fuerzas corporales es la de reproducirse, y mientras esto continúe, el cuerpo se mantiene no sólo joven, sino también activo —mental, espiritual y físicamente—, salvo que se vea drogado por su propio ego.» (N.° 3042-1.)

La historia de Burkan nos muestra que es la fuerza vital la que en realidad controla el cuerpo, no a la inversa. Envejecer no mata.

Rejuvenecimiento, regeneración

Todos tenemos el poder de reconstruir y regenerar el cuerpo. Si tenemos esto en cuenta como una posibilidad real, puede disiparse nuestra aprehensión por la enfermedad o la invalidez y pueden apreciarse, explorarse y utilizarse las maravillas del cuerpo humano para disfrutar de buena salud.

Rejuvenecerse es renovar la propia juventud. Regenerarse es muy parecido —restaurar el cuerpo o partes del mismo a su estado original—. Al regenerar un miembro, tanto animal como humano, el trabajo de Becker demostró que se formó un blastema (una masa capaz de crecer y diferenciarse) —en cierto modo una repetición del

proceso del desarrollo embriológico—, volviendo así a las primeras etapas de desarrollo celular, de forma que se pueda formar el miembro que ya existe en su forma energética más sutil, quizá del mismo modo que ocurrió en el útero. Es la desdiferenciación de las células que vuelven a su forma primera y su posterior rediferenciación para formar aquellas manifestaciones físicas del cuerpo energético más sutil.

La descripción de Cayce enfoca este proceso desde el punto de vista espiritual y va en contra de muchas disciplinas de pensamiento. Lo siguiente fue lo que le dijo a una mujer que tenía una desviación de columna bastante seria:

> «Es evidente que no será posible al principio liberar esos nervios que están pinzados donde existe curvatura de la columna. Pero pueden ir cambiando poco a poco. Pues cada ciclo, cada elemento, cada estado tiene que renovarse; si no empieza a haber más deterioro que creación. Y cada elemento, cada órgano, cada función del cuerpo entero es capaz de reproducirse. ¿Cómo?
>
> »No sólo por la capacidad de las glándulas de tomar de lo que se ha asimilado aquellos elementos que necesita, sino que en cada átomo, en cada corpúsculo, está la Vida. Vida es lo que adoráis como Dios.
>
> »Si Dios está contigo y tú *decides* usar aquellos elementos de su creación que hacen que cada átomo, cada corpúsculo, se hagan más conscientes de esa influencia creativa, puede entonces ocurrir la resurrección. ¿No puede entonces crearse salud en lugar de enfermedad, desorden, confusión?» (N.° 2968-1.)

Cayce habló muchas veces de la regeneración. Dijo que el cuerpo es básicamente una estructura atómica —un almacén de influencias y fuerzas externas como reacciones emocionales y comida—. El cuerpo se reconstruye a sí mismo continuamente desde dentro y tiene esa habilidad de rejuvenecerse o regenerarse. Pero hay un problema. La reconstrucción ocurre de acuerdo con la actitud mental que cada uno tiene en relación a los ideales y cómo aplica uno esos ideales en relación a los otros y a uno mismo. Así que podríamos pensar que el cuerpo se reconstruye y se regenera mientras los átomos del cuerpo se conformen a un ideal espiritual y haya una acción en consonancia con esos ideales.

¿Cómo podemos saber cuándo está ocurriendo la regeneración

en nuestros cuerpos? Esta dificultad es uno de los escollos más grandes que impiden que aceptemos la idea o que tengamos la fe en que es verdad y actuemos de acuerdo con ello. Y, sin embargo, tenemos evidencia de la regeneración de muchas formas. Por ejemplo, ¿te has cortado alguna vez en la mano o el dedo y te han dado puntos? Se curó en unos días y luego te quitaron los puntos. Quedó una cicatriz —y cicatrizarse no es regenerarse—. Es sencillamente que la piel se cierra de modo que el cuerpo queda relativamente entero de nuevo y usa lo que llamamos tejido de cicatriz, no epitelio normal.

Si, por otro lado, esta laceración hubiera ocurrido veinte años antes, y no hubiera ya rastro de dónde había sido la herida, eso es regeneración, pues el cuerpo ha sustituido el tejido de cicatriz por el que había ahí antes. La cicatrización ocurre también cuando no se usan suturas para cerrar la herida, pero también ocurre antes la regeneración que cuando hay que cerrar la herida quirúrgicamente. Masajes con aceite de ricino sobre la cicatriz acelerarán la regeneración.

El cuerpo se renueva por completo —cada átomo— cada siete años. Eso significa que los átomos del cuerpo se reestructuran alrededor y en consonancia vibratoria con el verdadero cuerpo de energía (que tenemos desde el principio) y eliminan las cicatrices por un proceso lento de regeneración. Algunas cicatrices y la mayoría de las marcas de nacimiento no se regeneran. Esto se debe a no seguir las leyes que lo rigen, que Cayce explicó con bastante claridad.

Miles de pacientes míos han sido operados de amígdalas y, sin embargo, veo a menudo que el tejido de las amígdalas ha vuelto a aparecer. Las células que se extrajeron quirúrgicamente volvieron a crecer para completar ese cuadro que es el del verdadero cuerpo de energía.

Estoy seguro de que más de un médico ha sido demandado por mujeres que quedaron embarazadas después de que sus trompas de Falopio quedaran inutilizadas quirúrgicamente para evitar el embarazo. Es bien sabido que, después de la operación, una o ambas trompas pueden regenerarse y abrirse de nuevo de modo que el óvulo del ovario pueda llegar al esperma, permitiendo de nuevo el embarazo.

Las puntas de los dedos les han vuelto a crecer a niños y a adultos después de que el tejido fuera destruido en accidentes y hubiera que amputarlos. La regeneración ya no es algo que nos pueda inspi-

rar dudas; más bien nos preguntamos: ¿cuándo me puede ocurrir a mí? Creo que los mensajes de Cayce dan una visión valiosa de esto en cuanto a superar las enfermedades que nos afligen.

Electroterapia

A menudo vemos a gente como Darlene, con la parálisis de Bell, y a Justin, con atrofia muscular, superar dificultades orgánicas considerables. A un nivel clínico, su recuperación nos da una idea del potencial futuro del uso de la electricidad en el organismo. Y promete una mayor aplicación de la medicina energética en las artes curativas.

El crear un mayor equilibrio en las actividades eléctricas del cuerpo mejora el funcionamiento de los órganos mismos, mejora la coordinación de los diversos órganos y alivia los que han estado sometidos a presión. Es importante que la salud y el alivio de la tensión ocurra primero en las células, luego en los órganos mismos, luego en el equilibrio que debe crearse entre todas las actividades vitales. Pues son estos sistemas funcionales los que permiten a las fuerzas estructurales —los huesos, los músculos y ligamentos— del cuerpo funcionar adecuadamente.

La electroterapia, tal como la usamos en nuestro Departamento de Medicina Energética, adopta muchas formas. Los aparatos TENS mencionados arriba ocasionan cambios en el cuerpo por medio de su input eléctrico a través de la barrera de la piel. La acupuntura ha trabajado por cambiar la electricidad en el cuerpo por medio de agujas que penetran la piel. Dentro y debajo de la piel, las células que se estimulan tienen la capacidad de crear electricidad que luego avanza por los meridianos que se describían ya en la literatura china hace miles de años. La electricidad que actúa entonces dentro del cuerpo se pone en marcha. En la clínica usamos una unidad de campo electromagnética (UCE) que hace avanzar al paciente por el campo electromagnético de la tierra y pone en marcha un cambio en el flujo eléctrico dentro del cuerpo por medio de una de las leyes de la física que dice que cualquier cambio en un conductor de electricidad o en el campo alrededor de ese conductor ocurre simultáneamente en ambos. Así que, cuando los dos campos cambian por el movimiento de la mesa en la que yace el paciente, se da un

cambio en el flujo eléctrico por el cuerpo del paciente. Otros mecanismos de electroterapia están siendo estudiados como parte de nuestro programa de investigación.

Cuando uno se tumba en la UCE, la unidad está encendida, y la cama va girando lateralmente, moviendo al paciente hacia arriba y hacia abajo en un camino circular de un lado a otro. El campo eléctrico que rodea siempre el cuerpo humano se mueve así no sólo por el campo de la tierra, sino por una corriente eléctrica que va de la cabecera a los pies de la cama. El efecto es muy relajante; a menudo ayuda al paciente reduciendo su estrés mientras al mismo tiempo le induce un estado ligeramente alterado de consciencia. La visualización a menudo se acentúa, y algunos experimentan claros episodios de imaginación dirigida. Reconocemos el valor de la UCE que equivale al diván del psiquiatra. El asesoramiento psicológico se convierte en una parte de la terapia durante su uso, y es mucho más eficaz entonces, ya que la mente inconsciente está más disponible con sus recuerdos de vidas pasadas y de las dificultades en esta vida.

A veces suceden cosas peculiares durante esta terapia. A menudo se elimina por completo el dolor, a veces permanentemente. Un amigo y paciente que había estado sufriendo de angina de pecho durante algún tiempo estaba intentando usar métodos naturales de restaurar la salud en lugar de tocar medicinas. Un día mientras estaba en el UCE, se sentía relajado y muy cómodo cuando de pronto oyó un «pop» dentro de su pecho. Eso fue hace casi diez años, y nunca más ha vuelto a tener problemas de angina de pecho. Ninguno de nosotros pudimos llegar a saber lo que había sido ese «pop».

El estudio de Harvey Grady de un grupo de doce pacientes en el programa del Templo Hermoso (*Conceptos de electroterapia de los mensajes de EC,* A. R. E. Clinic, Phoenix, 1982) mostraba que la UCE tenía un efecto significativo cuando lo usaban profesionales sensibles, pues servía a los pacientes para conocerse mejor. En resumen, sus conclusiones son:

1. Reducción del estrés en el total de los casos.
2. Alivio (reducción o eliminación) del dolor en el total de los casos cuando éste existía al inicio de la sesión.
3. Las actitudes y las emociones se volvieron más positivas en un 86 por 100 de los casos.
4. Los pacientes experimentaron una expansión de consciencia-

cia en el 80 por 100 de los casos, adquiriendo nociones importantes sobre sí mismos.

5. Los pacientes tomaron decisiones significativas sobre la dirección en la que iban a encauzar sus vidas un 35 por 100 de las veces durante las sesiones de terapia.

Aunque no todos los pacientes experimentan los últimos tres beneficios, cuando las personas están ya dispuestas a cambiar sus vidas para mejor se abren a los cambios y cada vez les llegan más a medida que progresan.

El biofeedback no trata el cuerpo, sino que ayuda a la mente a controlar una de las funciones orgánicas. El control de la temperatura del dedo, por ejemplo, se puede observar por medio de un termistor adherido a un dedo. Luego, cuando uno se concentra, o se relaja, o se mueve o relaja los hombros, o aquieta la mente, se puede ver cómo sube o baja la temperatura de ese dedo. Uno sigue trabajando con el cuerpo hasta ser capaz de producir el efecto deseado.

El termistor registra la temperatura del dedo; es decir, proporciona feedback sobre lo que hace el cuerpo del sujeto, y por eso este procedimiento recibe el nombre de biofeedback (biorretroalimentación). Se pueden medir una serie de actividades orgánicas y obtenerse feedback en forma de sonidos o indicaciones en un aparato. Así, uno puede aprender lo que *uno mismo* puede hacer para lograr que el cuerpo realice esta o aquella función. Puede ser que uno se relaje mejor simplemente cerrando los ojos; el instrumento de biofeedback devolvería entonces esa información, verificando que uno lo está haciendo. Puede ser necesario relajar los hombros o adoptar una postura distinta en la silla, incluso tumbarse. Puede ser que uno deba visualizar el cuerpo relajándose. Parte del biofeedback es aprender sugestiones para dar al cuerpo como: «Mis hombros están cálidos, relajados y cómodos.» Puede ser que haya que repetir estas instrucciones dos o tres veces, seguido de instrucciones a otras partes del cuerpo. Durante todo el tiempo se esta recibiendo feedback del cuerpo sobre el éxito que uno está teniendo.

El pulso puede controlarse de esta forma; se puede reducir una tensión alta, puede alterarse el potencial de la piel —incluso puede controlarse la actividad de los linfocitos en la sangre con estos métodos aprendidos por el entrenamiento en biofeedback—. Los ejerci-

cios que se han creado por medio de este método se llaman ejercicios autogénicos, y constituyen una importante actividad para los que toman parte en el Programa del Templo Hermoso.

Sea cual sea la terapia que se use, el siguiente mensaje nos ilustra el enfoque que debemos tener junto con las ideas que subyacen en él y las promesas que de él se derivan. Cayce dijo que la electricidad que se le aplica al cuerpo terapéuticamente es una manifestación de las fuerzas creativas o Dios. Si reconocemos esta verdad, si vemos que esta Fuerza Creativa de la naturaleza está activa en nuestros cuerpos y la sentimos y sabemos que es así, entonces reconstruimos y revitalizamos nuestros cuerpos, y «por la creación en cada átomo de su ser del conocimiento de la actividad de esta Fuerza Creativa o Principio en su relación con el cuerpo, la mente y el espíritu, los tres se renuevan.» (N.° 1299-1.)

13

LA CURACION CON LA PALMA CHRISTI

De todas las terapias que he usado, ninguna se compara con el aceite de ricino en cuanto a sus cualidades curativas y su variedad de aplicaciones terapéuticas. A veces parece que el aceite de ricino cura cualquier mal. En la clínica lo usamos externa e internamente, a menudo experimentalmente, y casi nunca dejamos de obtener buenos resultados.

Lo sorprendente es que nadie entiende por qué el aceite de ricino es tan eficaz. Estamos investigando para descubrir la clave de sus poderes curativos. Más sorprendente aún es que la mayoría de los médicos modernos no lo usan, o bien porque no creen que funciona tan bien como yo he comprobado o porque creen que es una medicina anticuada, superada ya por la medicina moderna. Si todas las medicinas fueran tan eficaces, no tendríamos apenas enfermos. Yo lo he usado con éxito en pacientes aquejados de todo: desde apendicitis hasta tumores, pasando por hiperactividad y hernia de disco. Una de mis pacientes me dijo que era el mejor tranquilizante que jamás había usado. Gladys y yo hasta lo usamos en nuestros animales.

Empecé a usar compresas de aceite de ricino en los años 60 porque se recomendaban en los mensajes de Cayce. La compresa que usamos es simplemente un paño de lana blanco y limpio (puede ser de algodón también) empapado en aceite de ricino, colocado en el abdomen, en el tobillo, en el dedo o donde sea el dolor. (Ver Anexo para instrucciones completas sobre el uso de la compresa). Cayce lo recomendó para muchas dolencias.

El aceite de ricino proviene del grano de la planta *Ricinus communis,* que crece en muchos lugares del mundo: la India, Africa, Brasil y en el desierto de Arizona, cerca de mi casa. Las semillas son

extremadamente venenosas pero sus granos son muy valorados comercialmente, pricipalmente porque el aceite tiene muchas aplicaciones industriales. Se usa para hacer pinturas de óleo y tintes textiles, para procesar alimentos y para lubricar aviones. Es una gran ironía que nuestra era industrial haya demostrado la versatilidad del aceite de ricino inventando muchos usos industriales, mientras olvidaban sus posibles y múltiples usos en la máquina más maravillosa de todas: el cuerpo humano.

Cayce no fue el descubridor de su valor. El aceite de ricino se ha usado durante siglos. Una paciente a quien apliqué una compresa de aceite de ricino en el abdomen me dijo que había visto a su abuela usar lo mismo en Yugoslavia, donde se usaba mucho para cólicos y muchas otras dolencias. Es evidente que se conocía en la Edad Media, cuando alguien con gran acierto le dió el nombre de Palma Cristi —la Palma de Cristo—, quizá porque sus gloriosas hojas verdes tienen forma de mano. No sabemos si era ya conocido entonces su valor terapéutico, aunque creemos que sí, al menos hasta cierto punto. Un documento antiguo, el Papiro Ebers (*ca.* 1550 a. de Cristo), menciona el uso de gotas de aceite de ricino para proteger los ojos contra la irritación.

En este país y en otros se ha usado como laxante muchos años. Un médico norteamericano escribió a principios de siglo sobre su voluntariosa tía de Escocia que consideraba una «pizca de aceite», como lo solía llamar, «un remedio universal de enorme eficacia en contingencias tanto morales como físicas; y no hay duda de su eficacia como depurativo». (Ver Montgomery D. W., en la Bibliografía).

Sin embargo, Cayce percibió su versatilidad. Recomendó sólo en unas pocas ocasiones que se tomara internamente, pero a menudo sugirió aplicaciones externas, sin duda porque conocía algo del misterio de por qué la Palma Cristi es tan eficaz. ¿Por qué produce el grano de ricino un aceite tan milagroso? ¿Qué sucede internamente para facilitar la curación cuando aplicamos el aceite a la piel? Cuando averigüemos la respuesta a estas preguntas, sabremos mucho más sobre la magia de la curación de lo que la ciencia ha descubierto hasta el momento.

En los más de veinticinco años que he estado usando compresas de aceite de ricino en nuestros pacientes, las hemos aplicado en casi todas las partes del cuerpo humano. Para dar un idea de nuestra experiencia, voy a citar de las experiencias relatadas por nuestros pa-

cientes. Los resultados son, cuando menos, sorprendentes, asombrosos para algunos e increíbles para otros:

Inflamación de los dedos. La inflamación del dedo corazón izquierdo entre las articulaciones interfalángicas le causaba molestias a Edna Atkins, pero aguantó la inflamación varias semanas antes de ponerse en tratamiento. Había oído hablar de las maravillas del aceite de ricino pero no lo había probado.

> «Finalmente saqué un poco de aceite una tarde mientras veía la televisión y simplemente me lo froté un rato por la segunda articulación. Lo hice dos tardes y no me lavé el aceite al irme a la cama.
>
> »A la tercera noche iba a frotármelo otra vez, pero ya no pude encontrar el sitio dolorido. ¡Ni siquiera podía asegurar qué dedo ni qué mano había sido, pues no había ni rastro de hinchazón ni diferencia alguna entre los dedos!»

No conocía el diagnóstico, pero ¡la cura fue estupenda!

Un bulto en el párpado. En cuanto a los ojos, un miembro de A. R. E. me contó su experiencia: Le había salido un bulto en el lado de un ojo que decían había que operar. Lo fue posponiendo mientras que

> «me daba masaje en el bulto todas las noches durante cinco minutos con aceite de ricino. Después de tres o cuatro meses no había crecido... pero no desaparecía. Recordé un mensaje de Cayce que sugería un poco de bicarbonato sódico con el aceite de ricino. Creí que debía probarlo. Después del masaje, puse un poco de bicarbonato sódico en el bulto. Se me irritó mucho y me dolió durante algunos días... se cayó y no volvió nunca a reproducirse. Ni siquiera dejó señal.»

Embarazo. Hemos usado las compresas para mantener el embarazo en casos de riesgo de aborto —con éxito—. Hemos tenido pacientes que se han aplicado compresas durante todo su embarazo porque creían necesitarlo. Una de nuestras pacientes tuvo, hace muchos años, dos abortos; nunca conseguía llevar sus embarazos a buen fin. De nuevo empezó a sangrar en el tercer mes y llamó a Gladys. Gladys le dijo que se metiera en la cama, alzara los pies de la cama y se pusiera una compresa de aceite de ricino sin calor y se la

dejara puesta. Estuvo en cama dos semanas. Luego siguió usando la compresa al menos dos o tres veces por semana hasta que dio a luz una niña preciosa y normal. La llamamos la niña del aceite de ricino.

Hace algún tiempo recibimos una carta de una señora que enseña a madres cómo tener un embarazo normal. Quería compartir sus experiencias durante su propio parto en casa:

> «Empecé a usar aceite de ricino sobre la piel cuando estaba embarazada de mi tercer hijo. Me frotaba el aceite de ricino en la tripa y dejaba que lo chupara la piel. Me resulta interesante, como instructora de embarazos y partos desde hace diez años, que aunque mi hija nació con cinco semanas de retraso, tanto la placenta como ella nacieron en perfectas condiciones... Uno de los otros beneficios del aceite de ricino fue la ausencia de estrías. Mi hija pesó 3,800 kilogramos y midió 52,5 centímetros, y, sin embargo, el parto fue clínicamente "normal".»

Tuvo algunos problemas con la niña después, cuando la pequeña tuvo una infección cutánea, pero buenas dosis de aceite de ricino pusieron fin a ello, y la piel volvió a la normalidad en una semana.

Dolor en las articulaciones. Un hombre de mediana edad de Arkansas escribió diciendo que había sufrido de dolor en los tobillos desde joven. Se frotó aceite de ricino en cada articulación durante cuatro noches y el dolor desapareció. No le había vuelto hasta el momento de escribir su carta, tres meses después. También usó el aceite de ricino sobre otros puntos dolorosos de sus piernas, eliminándose del día a la noche sin recurrencia.

Hace algunos años, traté a una señora de un esguince en el tobillo en la sala de urgencias de un hospital local. La radiografía dio ausencia de fractura, pero tenía el tobillo bastante hinchado y le dolía bastante. Le apliqué un vendaje elástico en el tobillo y le dije cómo debía ponerse compresas de aceite de ricino en casa. No lo había oído nunca. Dos días después vino a mi consulta y me dijo que cuando había salido del hospital había pensado: «Esto es absurdo, ¿de qué me puede servir el aceite de ricino? Pero como no tengo nada más con que tratarme el tobillo, me lo pondré.» Lo hizo y me contó que a las cuarenta y ocho horas había desaparecido casi toda la inflamación y que le había dejado de doler a las seis horas.

Keratosis cutánea. Uno de nuestros pacientes presentaba una zona seca y endurecida en su antebrazo y quería saber si debía acudir a un dermatólogo. El médico que le trató dijo: «Le dije que era benigno, pero le di las señas de un dermatólogo. Antes de salir de la consulta, le apliqué un vendaje con unas gotas de aceite de ricino sobre la lesión y le dije que lo hiciera igual dos veces al día. Al final no fue al dermatólogo y la lesión le desapareció en sólo un par de semanas.»

Inflamación de nódulo linfático. Una mujer de ochenta y dos años que había aplicado con gran éxito las diversas terapias de Cayce para revitalizar el cuerpo vino a verme por un bulto que le había salido en el lado derecho del cuello cerca del ángulo de la mandíbula, muy cerca de la base de la oreja. No parecía haber ninguna dificultad que pudiera causar tal inflamación de un nódulo linfático en esa zona. Se tomaron radiografías del pecho, se le hicieron análisis y aún no se le descubría la causa.

Se retrasó la operación. El tumor tenía el tamaño de una avellana y bastante firme. Mi paciente empezó a aplicarse compresas de aceite de ricino en la zona, pues no quería operarse. En dos semanas se redujo al tamaño de un guisante pequeño y un mes después el bulto había desaparecido por completo.

Probablemente se trataba de un nódulo linfático que quizá drenaba una infección cutánea distante que no llegamos a descubrir. No tuvo secuelas, y la paciente siguió en excelente estado —otra historia de cómo el aceite de ricino puede funcionar aun cuando uno no sabe o realmente no comprende todo lo que está ocurriendo.

Insomnio. Una buena amiga nuestra odiaba viajar durante una época porque cualquier tipo de actividad le quitaba el sueño. Incluso en circunstancias normales le resultaba difícil dormir. Finalmente, cogió un trozo de algodón, lo mojó en aceite de ricino y lo usó como tapón en los oídos. Le produjo el mejor sueño de muchos años y ahora lo usa habitualmente y con éxito constante para superar el insomnio.

Otitis. En muchos casos este mismo tipo de tapón es eficaz para tratar las otitis. Una señora que me escribe lo usa de distinta forma. Hace el tapón y se lo pone después de haberse puesto aceite de rici-

no dentro del oído. Dice que «el dolor se le alivia inmediatamente» y aparentemente se resuelve la infección. También usa mucho aceite de ricino para curar acnés, cortes y rasguños y pequeñas infecciones de la piel. Sus hijos conocen ya bien el aceite de la Palma Cristi.

Llanto nocturno en bebés. Los bebés lloran de muchas formas, y Nicky se despertaba todas las noches más o menos a cada hora llorando como si le doliera algo. La abuela del niño recomendó que se le aplicara una compresa de aceite de ricino en la tripa todas las noches mientras cenaba. Días más tarde recibió este informe de su hijo:

Sábado noche	Antes de las compresas: 3,5 horas despierto.
Domingo noche	Primera noche de usar las compresas: 2,5 horas despierto.
Lunes noche	Segunda noche: se despertó unos minutos a medianoche y otro ratito a las 5 de la madrugada.
Martes noche	Tercera noche: se despertó a medianoche una media hora y unos minutos a las 4.
Miércoles noche	Se despertó a las 11,30 horas y a las 2,30 de la mañana por poco tiempo.
Jueves noche	Despierto muchas veces.
Viernes noche	Sexta noche: fue un ángel por primera vez mientras le llevábamos en el coche en un largo viaje al supermercado, y se portó bien todo el rato allí. Se despertó unos minutos una vez por la noche.
Sábado noche	Séptima noche: se despertó a la 5 de la madrugada, bebió zumo y se volvió a dormir hasta las 8,30.
Domingo noche (última noche)	Se portó muy bien todo el día. Se despertó sólo unos minutos a las 4 y a las 5,30. Durmió hasta poco después de las 6.

Hiperactividad infantil. Uno de nuestros pacientes se dedicó a hacer trizas las revistas en la sala de espera mientras su madre le decía a Gladys que ya no podía con él. Tenía unos cuatro años y medio y no paraba quieto, abriendo cajones y sin sentarse ni un mo-

mento. Debido a que sufría un poco de estreñimiento, Gladys le dijo a la madre que le pusiera una compresa de aceite de ricino en la tripa mientras veía la televisión. A la semana siguiente cuando volvió era un niño distinto. Fue nuestra primera experiencia con el uso de estas compresas para la hiperactividad. El niño siguió usando las compresas regularmente dos o tres veces por semana y se convirtió en un pequeño completamente normal de cinco años.

Alergia. Aprendimos de un amigo indio una terapia antialérgica que él había estado usando muchos años con sus pacientes. Consistía simplemente en usar un cuentagotas lleno de aceite de ricino en la lengua por la noche —sin necesidad de compresa—. Otro hombre me escribió diciendo que desde hacía años tenía muchos problemas con lo que llamó «fiebre del heno». Los antihistamínicos le daban poco alivio, y lo que más le servía era un purificador de aire. Empezó a tomar gotas de aceite de ricino por las mañanas en vez de por las noches, en una cucharada de *ginger ale* *.

El resultado fue enormemente gratificante: «No tuve síntomas de alergia hasta alrededor de mediados de junio, cuando durante dos semanas sufrí sus efectos muy leve y casi imperceptiblemente. Vi que podía dormir con las ventanas de la habitación abiertas durante la época inicial y posterior de la época habitual, cosa que no habría podido hacer antes.»

Como beneficio marginal, vio que su voz se aclaró y pudo hacer mucho mejor su papel de guía turístico en uno de los lugares históricos de esta zona. Cayce, en uno de sus mensajes, dijo que las alergias eran la mayoría de las veces una moda. Aún no he podido averiguar lo que quiso decir.

Verrugas en forma de mosaico. Una de mis pacientes me contó la siguiente historia sobre su hija que vivía en Boston a la que le había salido en el talón una verruga con unas marcas como las de un mapa.

> «Tras dos años de medicación sin resultados y de afeitar la zona, los médicos indicaron que era necesario operar para eliminar la parte dañada del talón. El día antes de la operación hablé con ella por telé-

* Bebida espumosa tipica norteamericana. (*N. de la T.*)

fono y la convencí de cancelar la intervención. Al día siguiente, como vivo en Virginia Beach, me fui a la Biblioteca del A. R. E. para ver lo que encontraba sobre verrugas. Naturalmente, encontré el aceite de ricino, conque llamé a mi hija y le dije que mojara un calcetín en aceite de ricino y se lo pusiera con unas playeras viejas. Empezó a seguir estas instrucciones el 10 de julio de 1984. Para el 10 de agosto, un mes después, las verrugas habían desaparecido y no han vuelto a aparecer. Hoy en día tiene el talón perfectamente normal.»

Nuestro hijo mayor tuvo un problema parecido de adolescente, pero, como a la mayoría de los hijos de médicos, no le hicimos mucho caso. Cuando de pronto nos dimos cuenta de que este chico tenía un problema, le hicimos usar aceite de ricino regularmente sobre la verruga y ésta desapareció al poco tiempo. No le ha impedido (ni tampoco le ha ayudado) convertirse en un cirujano ortopédico.

Problemas de cuero cabelludo. Otro de nuestros corresponsales nos contó la siguiente historia y la corroboró con fotos. La madre de Phil estaba preocupada el día después de su nacimiento porque había nacido con un bulto en la cabeza del tamaño de una pelota de golf. El pediatra le aseguró que esto no era raro: «La cabeza de los recién nacidos tiene formas raras», le comentó. Sin embargo, cada día crecía el tumor hasta que al fin el médico hizo una radiografía de la cabeza del niño y vio que probablemente se trataba de un hematoma (una acumulación de sangre bajo la piel) o de un angioma, que es una serie de pequeños vasos sanguíneos que proliferan para formar una mancha roja o lesión roja en la piel. Le dijo a la madre que seguiría creciendo hasta la edad de uno o dos años y que no se podía hacer nada hasta entonces. La madre continúa la historia:

«La inflamación crecía a diario —se le notaba bastante y mi preocupación aumentaba, especialmente siendo mi primer hijo—. Mi madre me llamó un día y me dijo que probara las compresas de aceite de ricino (en aquel momento el tumor tenía casi el tamaño de su cabeza). Al día siguiente las empecé a usar y por la tarde ya me parecía que el tumor estaba más pequeño. Creí que eran imaginaciones mías, pero a la tarde siguiente ya era obvio que estaba menguando. Seguí durante cinco días con las compresas y la hinchazón desapareció, salvo un pequeño bulto que desapareció en tres semanas. Su médico estaba atónito y tomó varias fotos de "después" y pidió fotos del "antes".»

Yo he visto fotos del niño a las tres semanas y de nuevo a las seis, y son sorprendentes. La madre me dijo una cosa más. Dijo que su pediatra se había reído cuando le había hablado de las compresas de aceite de ricino. Su reacción me recuerda lo que otros médicos han dicho después de ver los resultados de la aplicación de las compresas de aceite de ricino en casos que consideraban «difíciles». Generalmente decían: «¡Algunos pacientes mejoran con cualquier cosa que se les haga!»

En los mensajes, Edgar Cayce sugería usar las compresas para casos más serios que los descritos aquí. Estos son, la mayoría, usos originales de un principio a la curación del cuerpo por parte de aquellos que poseen ese instinto investigador.

¿Por qué funciona tan bien para una variedad tan grande de dolencias? Hasta que no hayamos acabado nuestra investigación, no podremos tener una explicación completa. Pero hemos desarrollado algunas teorías basadas en lo que dijo Edgar Cayce y en nuestras observaciones prácticas. Una teoría es que el aceite, al ser absorbido por la piel hasta entrar en los tejidos, lleva alguna propiedad terapéutica extraordinaria a la zona alterada y, por tanto, acelera el proceso natural de curación. Una segunda teoría es que el aceite, al aplicarse a la piel, actúa como un conductor de energía, trayendo vibraciones curativas desde fuera del cuerpo a los órganos afligidos. Y claro es que ambas pueden ser ciertas.

Algún día puede quedar claro el mecanismo de su poder curativo, pero actualmente tenemos cierta información que nos ayuda a adquirir ese conocimiento. Las primeras fases de nuestra investigación del uso de las compresas de aceite de ricino no sólo nos demostró que éstas realmente mejoran el funcionamiento del sistema inmunológico, sino que también nos indicaron cómo ayudan a los procesos fisiológicos, tal como vio el señor Cayce en su trance (Ver Harvey Grady: «Research into the Mystery of Castor Oil» (*Investigación del misterio del aceite de ricino*), en *Proceedings of Twenty-first Annual Medical Symposium,* A. R. E Clinic, Phoenix, 1988). Cuarenta y dos veces indicó que aumentaría las deposiciones. Las compresas estimularían el hígado —esto lo mencionó en cuarenta mensajes—. Hizo referencia a treinta órganos, sistemas, síntomas, enfermedades o dolencias que mejorarían con estas compresas. Se recomendó para disolver o eliminar lesiones y adherencias, aliviar el dolor, eliminar la obstrucción de colon, reducir la incoordinación

del sistema nervioso, estimular la vesícula, aumentar la circulación linfática, reducir la inflamación, aumentar la relajación y muchísimos otros usos.

Al experimentar clínicamente durante años con las compresas de aceite de ricino, vimos que los efectos básicos resultantes de la aplicación de las compresas entraban en dos categorías principales. Una era el aumento del flujo linfático y la acción de la linfa localmente en el lugar de la aplicación. Esto nos llevaba a entender que se estaba ayudando al sistema inmunológico, ya que el sistema linfático es el sistema inmunológico, además del timo, claro, y de las amígdalas y adenoides, los nódulos linfáticos, el hígado, el bazo, los huesos, los islotes de Peyer y el apéndice.

Por tanto, compresas pequeñas sobre heridas de punción y compresas grandes sobre el apéndice entran ambas en la misma categoría fisiológica. Una mujer que había desarrollado abscesos en las glándulas linfáticas de la axila evitó la cirugía poniéndose compresas de aceite de ricino en la zona intermitentemente durante un período de dos semanas. En una serie de unos doce pacientes con apendicitis clínica (en fases iniciales), todos menos uno evitaron cirugía innecesaria. Eran todos pacientes míos, y la persona que se tuvo que operar era una mujer que estaba empeñada en que no iba a funcionar.

Muchas veces he visto dedos atrampados, con la uña llena de sangre, normalizarse tras la aplicación de gasas empapadas en aceite de ricino. Los cardenales desaparecen antes si se frota aceite de ricino en la zona. La piel se hace más tersa si se da un suave masaje con aceite de ricino por las noches antes de acostarse. Tanto las adolescentes con acné como las mujeres mayores con arrugas pueden dar fe de ello. El sentido de todo esto es que no podrían darse estos resultados si la linfa bajo la piel —y a veces muy profundamente dentro del cuerpo— no fuera influenciada para activarse en su respuesta inmunológica.

La segunda categoría principal de respuesta es la relajación del cuerpo. La relajación es una respuesta neurológica que afecta a todo el sistema nervioso. Una de las respuestas más corrientes a la aplicación de compresas de aceite de ricino sobre el abdomen es la frase: «Dormí mejor» o «¡me relajó tanto!» Cuando un órgano funciona con más normalidad en relación a otro órgano, es lógico suponer que gran parte de la respuesta a la terapia yace en el sistema

nervioso autonómico donde se alojan la mayoría de las tensiones.

Nuestra investigación no ha llegado aún a entender cómo la aplicación de aceite de ricino en la piel del abdomen puede afectar al plexo solar, por ejemplo, de forma tranquilizadora, pero esto es lo que hemos observado, y la explicación es aún cosa del futuro. Quizá las vibraciones de los átomos del aceite mandan un mensaje a los átomos que componen los órganos del cuerpo —un mensaje de paz, quizá, posando sobre la parte enferma la mano del Cristo.

Cayce dijo: «Recuerda, la vida es una vibración.» Todo vibra. Es indudable que la vibración de un cuerpo sano es diferente a la de uno enfermo. La enfermedad o la invalidez o el malestar son manifestaciones de un trastorno en las vibraciones normales del cuerpo. Por tanto, de una forma o de otra, el aceite de ricino puede ser un agente de restauración del patrón vibratorio natural del organismo. El *cómo* es aún un misterio.

Pero es evidente que es un medio que no sólo actúa fisiológicamente para traer salud al cuerpo, sino que lleva en sí el principio que identifica a la medicina de Edgar Cayce: el poder de despertar las células y las fuerzas que yacen en lo profundo del organismo. Están siendo llamadas a despertar, a reconocer la fuente de toda curación dentro de ellas.

TERCERA PARTE

CURAR LA MENTE

14

UNA AVENTURA EN LA CONSCIENCIA

¿Qué es lo que hace que todos los que han experimentado estas curaciones individuales con el uso de las compresas de aceite de ricino estén tan entusiasmados que quieran compartirlo con sus familiares y sus amigos para ayudarles a curarse también? ¿Es simplemente el espíritu de aventura?

Recuerdo una vez que David, el menor de nuestros seis hijos, estaba jugando con un vecino en el jardín cuando tenía ocho o nueve años. Parece ser que encontraron unos cristales viejos y el vecinito se cortó la palma de la mano. David creyó que no era grave y decidió curársela. Cogió un tallo de áloe vera, le peló la áspera envoltura —cómo nos había visto hacer a nosotros muchas veces— y cortó un poco de la parte interior gelatinosa de la planta, lo suficiente para cubrir la herida. Luego se la vendó con un trozo de tela.

Nosotros no sabíamos nada hasta que recibimos una llamada de la sala de urgencias del hospital. «Doctor», dijo una voz desconocida, «me podría decir qué es esa cosa verde que su hijo le ha puesto a este niño en la mano?» Todo acabó bien, afortunadamente. Al niño le cosieron la mano, no hubo infección y los niños y sus padres siguieron siendo amigos.

Pero, ¡qué aventura la que tuvieron esos dos pequeños! David conocía las cualidades medicinales del áloe vera, y su primer instinto fue curar a su amigo que se había cortado la mano. No es de extrañar que David acabara siendo médico.

¿No es emocionante entrar en una cueva en la que nunca has estado? ¿O explorar una montaña? ¿O mirar bien de cerca un diente de león (como yo hice de pequeño) y preguntarse qué contiene que puede curar el cuerpo? ¿No es todo parte de la misma clase de aven-

tura maravillosa que nos lleva a comprender que *todo* es posible y a continuación curarnos de pronto con un remedio muy sencillo? ¿No es emocionante pensar que realmente *somos* así, que realmente podemos hacer cualquier cosa?

Donna June debió sentirse así cuando tuvo su aventura. Entre 1963 y 1971 sufrió dos intervenciones quirúrgicas para limpiar el interior de su útero que había estado sangrando mucho: «En mayo de 1971, dos médicos (un osteópata y un ginecólogo) me diagnosticaron un tumor mayor que una pelota de tenis en la pared del útero. El osteópata recomendó que me hiciera enseguida una histerectomía. Mi ginecólogo confirmó la presencia del tumor pero sugirió otra D&C.» (La D&C es una operación para dilatar el cervix y curar el interior del útero).

Edgar Cayce había recomendado una vez a una señora con un fibroma el uso de duchas internas de Glicotimolina y Atomidina, alternándolas regularmente. Donna June lo probó y descubrió que era sensible al yodo, así que lo dejó. Mientras tanto, otro médico le recomendó que usara las compresas de aceite de ricino, colocándolas sobre el bajo vientre.

> «Estuve demasiado ocupada para empezar con las compresas hasta el 1 de agosto. Empecé a usarlas todas las mañanas a las 5 de la madrugada durante una hora. Luego me levantaba y me iba a trabajar. Lo hice durante una semana. Me había venido el período otra vez el día que tenía consulta de nuevo con mi ginecólogo. Me dijo que tenía una cantidad anormal de moco y fijó fecha para operar a finales de agosto. Me desperté esa noche, sin embargo, y vi que estaba otra vez con mucha hemorragia.»

No pudo ingresar enseguida en el hospital pues no había camas, pero al fin fue ingresada cuarenta y ocho horas más tarde y fue llevada inmediatamente al quirófano. Su historia continúa:

> «Cuando volví de la anestesia me sentía estupendamente y hambrienta. Le pregunté a mi doctora por el tumor y me contestó que no había ningún tumor. Le pregunté que si los fibroides se podían soltar y salir y su respuesta fue un rotundo "¡nunca!". Me pareció por su tono que no tendría interés en conocer mi opinión de lo que había pasado con el tumor. Su diagnóstico fue que había habido muchos coágulos y un diagnóstico equivocado. Así sea.

Con este tratamiento recibí otro de propina. Había tenido problemas de vesícula y después de usar las compresas de aceite de ricino no se han vuelto a repetir más. Desde entonces, he pasado la menopausia y estoy segura de que, de no ser por las compresas, ahora ya no tendría mis órganos femeninos.»

No podemos demostrar que se debió al aceite de ricino, pero ¿no fue su curación, sea como fuere, emocionante? Desde luego se dio cuenta de que le pueden pasar cosas buenas a su cuerpo. Y en cualquier momento la aventura puede comenzar.

No tan emocionante, pero igual de impresionante, fue la experiencia de un hombre de sesenta y cinco años con artritis reumática. Llegó a la clínica con un historial de tres meses de inflamación típicamente reumática en su tobillo y pie derecho. También le había empezado a doler la espalda. Su última prueba de artritis reumática había dado positiva.

Su régimen de terapia se ceñía a las indicaciones que Cayce había dado para su estado: Atomidina en series y en ciclos, baños semanales de sulfato de magnesio, masajes en todo el cuerpo seguidos de masajes locales con aceite de cacahuete en el pie y tobillo cada noche antes de acostarse; también técnicas de visualización y una dieta para la artritis.

Su respuesta fue rápida. En dos meses había desaparecido la inflamación, no había molestias ni rigidez y, a todos los efectos, estaba bien de nuevo. Su mente se había abierto a la maravillosa capacidad curativa del organismo.

Cuando Edgar Cayce contaba unos treinta años, su mujer contrajo tuberculosis. La terapia que le hizo volver a la normalidad fue inhalar los vapores de un aguardiente de manzana de un viejo barril. En los años que siguieron al primer uso de este tratamiento, ha dado resultados sorprendentes en numerosos casos.

Un paciente que sufría una bronquitis crónica y enfisema estaba ansioso por probar algo distinto, así que recomendamos que probara las inhalaciones del viejo barril del aguardiente de manzana. Respondió muy bien. Su respiración mejoró y no tuvo más infecciones respiratorias que causan dificultades a los enfermos de enfisema.

Dan era tan regular en cumplir con su terapia que llevaba el viejo barril en el asiento trasero de su coche cuando iba a trabajar al campo. En Arizona, el campo significa desierto, donde hace bas-

tante calor. Cuando un día su supervisor fue a dar una vuelta, Dan tuvo que ir al coche a sacar unos planos. Su jefe le siguió y, cuando abrió la puerta de atrás de su coche, el aroma agradable del aguardiente salió flotando con la brisa.

«Dan, ¡no se puede beber en el trabajo!»

«Jefe, ¡no lo bebo, sólo lo huelo!»

«Si, hombre», dijo el jefe escépticamente.

Tuve que escribir yo una carta para explicar el asunto al jefe.

En mi opinión hay muchos factores que crean una aventura, ya sea una aventura en la consciencia interior o en el mundo externo en que vivimos. Uno tiene que sentir el entusiasmo que convierte todos los acontecimientos banales de la vida en aventuras. El entusiasmo convierte hasta ir a la compra en una aventura. Un día, Bob, nuestro hijo de cinco años, fue detrás de su hermano mayor; sólo iban al final de la calle. Cuando volvieron pocos minutos después, Bob estaba sin aliento. Carl había encontrado el cráneo blanquecino de un pequeño animal en la cuneta y estaban rememorando el acontecimiento. Bob no paraba de decir: «¡Jo, que experiencia! ¡Qué experiencia!»

Frank McKibbon tenía aparentemente esa clase de entusiasmo por la vida. Cada cinco años me manda sus observaciones sobre lo que le ha deparado la vida. Va a cumplir ahora noventa y seis años y pensaba llegar a los cien la última vez que hablé con él. Cuando cumplió las «nueve décadas camino del siglo» escribió estas líneas a su familia y amigos y me las mandó a mí también:

> «No merezco todo esto. Pero, en cierto modo, puede ser una especie de recompensa, la recompensa de haber tenido buenos padres, un buen hogar, una infancia feliz, trabajo duro (arando el campo del amanecer a la puesta de sol, echando heno y trigo, cavando postes de teléfono), una juventud activa —caza, baseball, baloncesto y fútbol—; luego trabajando en jardinería y remodelando casas viejas; actividades vocacionales retadoras y creativas, matrimonio feliz, esposa fenomenal, hijos y nietos; jubilación, sesenta y cinco años en el sacerdocio; ¡y ahora noventa! Aún escribiendo y leyendo, pescando y (a veces) haciendo *yogging*. Qué increíblemente simple y, sin embargo, para mí, ¡qué vida!
>
> »Nunca he tenido más interés por las cosas y más entusiasmo que ahora. Espero poder tener tiempo de compartir con los demás, especialmente mis hijos y nietos la historia que estoy escribiendo: *La*

peregrinación de un buscador ("Pilgrimage of a Seeker"), donde describo mi manera de ver las cosas y cómo llegué a adquirirla, posiblemente mi octavo libro. La peregrinación ha sido larga y lenta, con mucho esfuerzo, muchas sorpresas, intensa alegría y enorme gratificación.

»Creo que el proceso fundamental del Universo —el método que tiene Dios de crear y actuar— es la evolución. Con los seres humanos es un cambio continuo, un crecimiento: físico, mental y espiritual. Yo soy parte de ese proceso. ¡Cómo he evolucionado en mis escasos años! Y cómo deseo que no acabe en este plano, ni en el siguiente, ni en el siguiente...»

La aventura de Frank, evidentemente, ha ido acompañada de la alegría de vivir y por el entusiasmo de expresar su capacidad creativa. Y expresar tanto entusiasmo al llegar a los noventa es magnífico. Su «evolución» me recuerda lo que dijo Cayce sobre la dirección que Frank evidentemente había tomado, pues la visión de Cayce retrataba a cada entidad, a cada alma, como si estuvieran en un proceso de despertar a su propósito y a su objetivo de unidad. El consideraba la evolución del tipo de la de Frank como una experiencia de crecimiento, entendiendo que tales influencias constructivas sobre la vida y la experiencia de otros producen un desarrollo en la relación que uno tiene con las energías creativas. Y Cayce dijo: «Pues sólo con la intención fija en esa dirección puede lograrse la visión de la gloria que está preparada para aquellos que buscan conocer Su Rostro.» (N.° 1463-1.)

Aquellos que buscan aventuras curativas no sólo son entusiastas, sino que quieren hacer algo eficaz y sus mentes están receptivas a las maravillas de su propio cuerpo. Una enfermera me escribió una carta contándome las experiencias que se había creado a sí misma. La enfermedad de Kathryn era física, pero su actitud era de expectación:

«En noviembre, una vez en que me agaché para coger algo en la cocina, me hice daño en la rodilla derecha. El dolor fue terrible y la inflamación me hacía muy difícil andar. Una semana después pude ver a un ortopédico en New Haven.

»Dijo que el cartílago de la rodilla estaba completamente rasgado y que ya no podía dañarlo más; el tratamiento sería sintomático. Si la articulación seguía estando hinchada y dolorida, habría que intervenir quirúrgicamente para extraer el cartílago y posiblemente remiti-

rían los síntomas. Como enfermera que soy, no me atraía nada la idea de la operación, especialmente ya que mi hermano había tenido el mismo problema, que la cirugía sólo había aliviado parcialmente.

»En enero, mi madre me dio una copia del libro de Jess Stearn *El profeta durmiente,* sobre Edgar Cayce. Como tengo la piel seca, me hice una loción con aceite de cacahuete, aceite de oliva, lanolina y agua de rosas (como sugirió Cayce) y sí me sirvió para esa afección. Empecé a darme masajes con la loción en la rodilla tras leer que el aceite de cacahuete disminuye la incidencia de artritis, que pensaba empeoraría mi dolor con el paso del tiempo. Para entonces ya tenía una buena cojera, y me había resignado a andar así el resto de mi vida (tengo veintiséis años).

»Un mes antes de la lesión, había empezado a correr unos cinco kilómetros diarios, pero después no podía ni andar y mucho menos correr. Después de alrededor de una semana de masajes poco entusiastas en la rodilla, me di cuenta de que ya no cojeaba tanto, sólo después de un largo rato de pie y andando, como me exige mi trabajo. En dos semanas de masajes casi diarios con la loción, me sentía con fuerzas de hacer andando el trecho de cinco kilómetros que solía correr. Para el 1 de marzo estaba ya corriendo todo el trayecto en un tiempo de 13 a 17 minutos.

»Al principio la rodilla me dolía mucho, pero también me dolía al andar, conque corrí. Luego, poco a poco, se me fue olvidando que tenía rodilla y me dediqué a disfrutar la carrera. Esto fue un progreso fantástico, pues me había resignado ya a "tener mal la rodilla" para toda la vida, igual que mi abuela y tías paternas. Actualmente corro de cinco a trece kilómetros al día con sólo molestias ocasionales en la rodilla. Ya no cojeo y no ha habido inflamación desde el mes de marzo.»

Kathryn leyó seguramente un mensaje de Edgar Cayce sobre el uso del aceite de cacahuete. Habló de la acción específica de ese aceite sobre la circulación de las «fuerzas estructurales». El masaje con aceite de cacahuete crea en el sistema circulatorio las influencias que vuelven más flexible la piel, los músculos, los nervios y los tendones en su relación a la estructura ósea del cuerpo. Y, a través de la radiación y el efecto absorbente del aceite, se fortalecen los huesos mismos. (N.° 2968-1.)

Jack pudo haber leído el mismo extracto de los mensajes. Tenía problemas, no con la rodilla, sino con los hombros.

«En 1974, antes de conocer las ideas de Cayce sobre la curación,

sufrí un accidente. Se me produjo una fuerte artritis traumática en los dos hombros como resultado del accidente y una espondilitis cervical en la segunda y tercera vértebra.

»Me operé un hombro, y el cirujano ortopédico, el neurocirujano, el neurocirujano ortopédico y mi doctor Jones, todos estuvieron de acuerdo en que no podría volver a usar mis brazos para casi nada. Tuvieron razón... durante siete años.

»Después de que empecé a leer acerca de los tratamientos de Cayce, empecé a usar aceite de cacahuete y una lámpara infrarroja. En unos cuatro meses observé que tenía algo más de movimiento en los brazos y algo menos de dolor. Desde entonces fui mejorando poco a poco. Hoy mis hombros están casi curados y mi cuello está muchísimo mejor.»

La aventura de Jack le llevó de un estado de invalidez parcial a estar casi normal de nuevo —una experiencia que le cambió la vida—. No fue el único de su familia que se benefició por aplicar las sencillas sugerencias de Cayce. Me escribió que su mujer «se curó las callosidades de los pies en diez días con bicarbonato de sosa y vapores de alcanfor, después de que nuestro médico y cirujano de cabecera le dijera que la única forma de quitárselas era con cirugía.»

El dictamen de sus médicos se quedó en palabras vacías. El problema con tales profecías (pues eso es lo que eran) y lo que hace de los médicos tan malos profetas es que los datos que hay publicados sobre tales enfermedades no tienen en cuenta la voluntad del individuo y los poderes curativos inherentes a cada persona que esperan sólo ser activados.

Esta es probablemente la mejor razón para preguntarle a tu médico la próxima vez que él o ella te haga una profecía: «¿En qué se basa este pronóstico o profecía?» Y luego debes buscar a tu médico dentro de ti y preguntarle a ese poder qué es lo que va a pasar. Esta siempre será una fuente mejor de información.

Siempre es difícil saber qué dolencias son realmente minúsculas y cuáles son importantes, porque las cosas pequeñas pueden crecer. Una de mis primeras experiencias de esto fue con una pequeña punción en la mano de podar las palmeras de mi jardín. No le di importancia al principio, pero al segundo día se había convertido en una enorme e inflamada infección.

Por mi convencimiento de que el aceite de ricino fomenta el

flujo de la linfa en el tejido en el que se aplica, mi reacción inmediata fue frotarlo con aceite de ricino dos o tres veces ese día, luego poner un poco en una venda y ponérmela en la mano esa noche. A la mañana siguiente la inflamación había desaparecido casi por completo. Me di un masaje con aceite de ricino otras tres o cuatro veces ese día y olvidé ponerme la venda por la noche. Al día siguiente mi mano estaba normal.

Cada vez que nos llega alguien con una herida de punción, nuestra primera sugerencia es la de usar aceite de ricino en la herida. Pero ése no es el único tratamiento en los libros de Cayce. En la obra del doctor Harold Reilly *Handbook to Health Through Drugless Therapy* («Manual de la salud sin medicamentos»), el tratamiento para una picadura de insecto consiste en poner una compresa de sal en la zona hinchada. Esto reduce tanto la inflamación como el dolor.

¿Cual es la piedra de toque aquí, el denominador común que se puede hallar en las mentes y cuerpos de toda esta gente que se ha aliviado en mayor o menor grado de sus dolencias o enfermedades con algo generalmente muy simple? Pues todas estas experiencias porporcionaron alivio aplicando algo muy simple: aceite de ricino, sal, aceite de cacahuete, aceite de oliva, lanolina, agua de rosas, aguardiente de manzana, yodo, bicarbonato sódico, comida, Glicotimolina, vibraciones de la lámpara infrarroja... Todas estas cosas son enormemente simples y se encuentran también en la naturaleza.

Cayce tenía opiniones específicas en sus mensajes sobre el valor de la curación natural. Decía que no sólo la naturaleza nos proporciona una corrección para cada enfermedad que pueda presentarse en el marco humano, sino también un antídoto para cada veneno. Añadía que, en realidad, la naturaleza es la réplica de los mundos mentales y espirituales, de modo que la enfermedad puede ser también controlada por las actividades de la mente: sugestión, hipnosis, visualización, o por la oración y la imposición de manos, por ejemplo.(N.° 2396-2.)

Recuerdo otro mensaje que indicaba que se puede curar casi cualquier cuadro clínico pero que no se podía curar a un viejo cabezota y estirado. Lo que me decía esa frase era que por mucho que apliquemos al cuerpo lo que la naturaleza nos ofrece para sanarnos, no servirá de nada si uno no está abierto a permitir un despertar de

su consciencia para avanzar en el camino de la curación y en el del sentido de la propia vida.

Por ello, una aventura en la consciencia puede no ser —probablemente *no puede ser*— un paso aislado, como curar un dedo herido o una artritis reumática. Todos los viajes realmente empiezan con el primer paso, y aquellos que sintieron la alegría del descubrimiento, la nueva consciencia de sus cuerpos, han dado ya ese primer paso.

Han sentido el entusiasmo, el contacto con el mundo de dentro, el reconocimiento de que tienen una opción real en cuanto a su forma de vivir su vida. Han aprendido que pueden cuidar de sus cuerpos por sí mismos y que sus mentes pueden estar abiertas a las maravillas del mundo y sus beneficios con alegría. Han sentido que, en su pequeña medida, ¡han conquistado el mundo!

15

MEDICINA PARA EL MUNDO DE HOY

Al empezar mis estudios de medicina, recuerdo las grandes discusiones que mantenía con mis compañeros mientras trabajábamos con los cadáveres en el laboratorio de anatomía. A menudo se centraban en las innumerables formas en que la gente acababa sus días en este plano. Especulábamos sobre la clase de enfermedad o de accidente de que preferíamos morir —muy apropiado para un laboratorio de anatomía, ¿no?—. Un estudiante decía que le gustaría morirse de un ataque al corazón durante el sueño. Otro decía: «Me da igual, sólo no quiero hacerme viejo y decrépito.» Otro más decía: «A mí, desde luego, no me gustaría morir de joven en vez de viejo y decrépito.» No recuerdo cuál era mi opinión, si es que la tenía.

Era evidente, sin embargo, que a todos en esa etapa de nuestra vida nos parecía que la enfermedad era algo inflingido y sobre lo que no teníamos opción.

No sé de qué hablarán actualmente los estudiantes de medicina. Pero *sí* tenemos opción. Podemos elegir la enfermedad o la salud, al menos hasta cierto punto. Tenemos que darnos cuenta de ese hecho y luego actuar en consecuencia. Estamos en un momento histórico en que sabemos qué hacer pero nos cuesta llevarlo a cabo.

En los programas del Templo Hermoso, la gente nos llega con diversidad de problemas y preguntas, pero ya han experimentado ese despertar de la consciencia que les dice que tienen dentro de sus cuerpos una chispa de vida que sólo hay que aventar para hacer desaparecer la enfermedad. En algún momento de su vida han tenido la experiencia del «¡ah!», la experiencia de poner un paño con sal sobre la picadura de un insecto o con aceite de ricino en un tobillo torcido, que les dice: «Este es el misterio de la vida misma y me encantan los misterios. ¡Voy a explorarlo!»

Una vez logrado ese conocimiento de que se puede hacer algo constructivo con cualquier dolencia corporal, uno se pone en marcha, dispuesto a vencer eso que llamamos enfermedad, que yo *siempre* les digo es sólo el resultado de haber violado las leyes del cuerpo, la mente o el espíritu. Eso es lo que Cayce llamaba pecado, el ir por un camino que hemos elegido sin considerar nuestra verdadera naturaleza como almas eternas y nuestro deseo más profundo de aunar nuestra voluntad con la Fuente creativa del universo.

Uno de los mensajes que subyace en lo que yo considero la medicina de Edgar Cayce para el mundo de hoy habla de nuestra verdadera naturaleza y nuestro eventual destino —de lo que se trata al curar, en definitiva—. Decía: «La primera causa fue que lo creado había de ser compañero del creador, es decir, la criatura había de mostrarse no sólo digna de, sino compañera del Creador.» Cayce siguió diciendo que toda forma de vida es «una esencia de manifestación del Creador; no el Creador, sino una manifestación de una causa primera, en su propia esfera, en su propia consciencia de su actividad en ese plano o esfera.» (N.° 5753-1.)

En realidad es que, siendo creados a imagen de Dios, estamos en el camino de aquello que llamamos unión con El, pero generalmente no vemos nada bien el camino, así que nos perdemos. Ese desvío del camino nos causa problemas, que nos llaman la atención hacia el hecho de que no es fácil, que digamos, andar sólos por la maleza. Por tanto, buscamos y encontramos de nuevo el camino de vuelta.

Las dificultades generalmente se identifican correctamente como kármicas; es decir, nos encontramos con lo que hemos creado o recogemos lo que hemos sembrado o nos miramos en un espejo. Podemos mirarlo de distintas maneras, pero al final es simplemente el amor del Creador al crear formas en que podamos elegir volver a ese viejo camino que tantas veces hemos abandonado.

Hay dos maneras de mantenernos en él. Una es prestando oídos a la sabiduría que se nos ha legado a través de los siglos —el mismo Dios hablándonos, en sentido literal—. Jesús nos dijo que amáramos a Dios y a nuestros semejantes, que esa era la Ley y los profetas. Sencillo, ¿no? Al hacer eso nos mantenemos en el Camino. Pero, ¿quién puede encontrar algo digno de amor en un Hitler? ¡Ay! Ya empezamos otra vez. Porque Dios creó en efecto a Hitler, como creó la rosa que hueles y amas por su aroma y su belleza. Conque otra vez nos salimos del camino.

La segunda manera de mantenernos en el camino es la ley de causa y efecto: el karma. Nos toca donde duele, pues no podemos amar sin ser amados también, ni herir a otro sin recibir la herida en algún momento del futuro. Pero, de hecho, nos llama de nuevo al camino. Sin embargo, no llegamos automáticamente; tenemos que decidir tomarnos en serio las lecciones y cambiar algo dentro de nosotros para poder cambiar de verdad. Si no lo hacemos así, es como si eligiéramos pasar al segundo nivel y aprender una lección más difícil aún, probablemente sin la preparación adecuada.

Aquí es donde estamos en realidad, todos nosotros, en algún punto, ya sea de ese camino que nos lleva de vuelta a nuestro origen, o dando tumbos campo a través, pasándolas moradas y preguntándonos dónde habrá un bar para descansar y tomarnos una cerveza. Eso, amigo mío, es karma de verdad. Pero, anímate, siempre podemos cambiar de rumbo, en serio, porque a todos se nos ha dado el poder de elegir, y la mayoría de nosotros hoy estamos despertando a esa realidad y hemos comenzado el proceso. ¡Ya *estamos* eligiendo!

Cuando miro al cielo después de llover y estoy frío y mojado y veo un poco de cielo azul, sé que algo bueno va a pasar y que el sol volverá a salir muy pronto. Yo encontré un mensaje que era como ese trozo de cielo azul porque me dijo que estar dando tumbos y buscando un bar no es tan terrible porque podemos, en ese instante, ver el trozo de cielo azul y cambiar mágicamente la cerveza por el Camino de la Vida. ¿Cómo se puede hacer esto? Decidiéndolo así, y actuando en consecuencia. Si decidimos responder a esas influencias kármicas siguiendo el camino del Cristo, entonces, por nuestros pensamientos y obras y actos, manifestamos dulzura y amabilidad y amor y los demás frutos del espíritu a nuestros semejantes día tras día, y se nos ha prometido entonces que ninguna deuda kármica de cualquier otra experiencia o vida pasada aparecerá en el presente que no pueda ser lavada por completo. En otras palabras, por decisión nuestra cambiamos de rumbo, y el karma, que es una lección que tenemos que aprender, ya no nos afecta porque hemos aprendido la lección. La lección es, obviamente, amar a nuestros semejantes y hermanos y amar a Dios (N.° 442-3).

El karma, entonces, acaba siendo la forma en que elegimos encarar nuestros propios actos que nos han alejado de donde queríamos ir. Curioso, ¿verdad?, cómo creamos circunstancias en las que

luchamos contra nosotros mismos. Porque en realidad no es a otro a quien criticamos, por ejemplo, sino esa actitud nuestra que hemos endosado a otros alguna vez en el pasado. Siempre nos estamos encontrando con nosotros mismos, tanto en las relaciones interpersonales como en las dificultades o enfermedades que «nos llaman al orden». La enfermedad se vuelve especialmente significativa porque vemos cómo los errores del pasado se manifiestan en el cuerpo físico. Y la enfermedad simboliza a menudo la clase de problema mental o emocional que hemos instituido. Pero la curación nos llega cuando recordamos y ejercitamos las cualidades que hemos hallado en el camino de amor que hemos elegido.

El karma, por tanto (o pecado original), queda tachado sólo con amar. El amor en acción significa ser amable cuando lo que querrías es darle un puntapié a alguien. Significa sonreír de verdad cuando te gustaría mandarle a cierto sitio. O puede ser tener paciencia con tus hijos cuando dan otro portazo después de decirles veinte veces que no hagan ruido.

Tiene gracia, en cierto modo, especialmente si podemos salirnos del cuadro un poco y mirarnos desde lejos. Tenemos que hacerlo de vez en cuando para descubrir el humor escondido, y siempre el reír es muy curativo.

Es mucho más difícil reír, sin embargo, cuando la enfermedad es mortal o está debilitando o destruyendo por completo la propia capacidad de enfrentarse a la vida o si exige cuidados intensivos de nuestros seres queridos sólo para seguir vivos. A veces es así, y las risas a menudo son muy escasas. Sin embargo, siempre es necesario que busquemos ese trozo de cielo azul, pues no siempre va a estar lloviendo.

Una madre trajo a la clínica a su hijo de veintiséis años para tratamiento en nuestro Programa de Daño Cerebral. Afectado de parálisis cerebral de nacimiento, Sam era incapaz de comunicarse y no podía tragar. Llevaba un tubo de traqueotomía y uno de gastrostomía para comer. Su madre le dijo a Eileen, directora de nuestro programa: «Hace unos años Sam podía hasta montar en bicicleta.» Su médico le había puesto un tratamiento que ella creía fue equivocado. «No se podía sentar derecho y no escuchaba. Sam acabó teniendo ataques epilépticos», nos dijo. «Antes de eso podía cantar y hablar. Nunca he dejado de trabajar con él desde que era un bebé. Es horrible que tenga que vivir con todos estos problemas, pero yo velo por él como Dios quiere que lo haga.»

Durante años, esta estupenda mujer, llena de fe hasta los topes, había cuidado a su hijo y sigue probando todo lo que encuentra para ayudarle a volver a la normalidad. ¿Cómo encuentra ella ese cielo azul? ¿Y él? Puede ser simplemente con la paciencia, encontrando una bendición en lo que otros considerarían una desgracia. Es difícil de comprender, pero es cierto: esta madre está sembrando felicidad al cuidar a su hijo en su problema tan grave. Y él se eleva espiritualmente al trabajar con su madre.

En uno de sus consejos a los que aman, Cayce dijo :

> «¿Y cuál es la primera ley? ¡Que cada cosa engendra su igual! Pues en el acto, como en cada semilla, está el capullo ya florido de lo que haces, de lo que piensas, ¡de lo que eres! Por tanto, si siembras Felicidad, ¿recogerás confusión o discordia? Más bien, en una voz queda y suave encuentras la canción de la Felicidad, las bendiciones del amor divino que te dirigen, te guían y guardan tus caminos.
>
> »¿Qué importa si no tienes vestido, ni sombrero, ni zapatos, o el alquiler de la casa está sin pagar? Esas son cosas del momento. Si eres feliz por estar vivo, entonces puedes decir: "¡Bendito sea Dios!", y esto es lo que perdura. Las sombras pasan. Sólo la luz y la verdad permanece. Los problemas y preocupaciones pasan. Pues dices "Dios está en Su santo templo, que toda la tierra guarde silencio." ¿Qué quieres decir? Lo dices sólo porque lo has oído decir o lo crees de verdad?
>
> »Así, pues, como hijos Suyos, *¡seamos fieles!*» (N.º 262-109.)

Entre las muchas cosas que he hecho mías es la frase que recogí en alguno de los mensajes de Cayce de que «El nos juzga por nuestro esfuerzo» —no por nuestro éxito, sino por el esfuerzo—. Y yo me preguntaba: ¿Esfuerzo por lograr qué? Y me respondí a mí mismo diciendo: «Es el esfuerzo por seguir ese camino del que he estado hablando. Por muchas veces que te caigas, por muchas veces que falles, por muchas veces que metas la pata y lo fastidies todo, mientras te mantengas en la dirección correcta, todo tiene arreglo.»

Estoy convencido de que Dios nos quiere a pesar de nuestros fracasos, no por nuestra excelencia. Sabe que tenemos esa capacidad de elegir que nos dio cuando nos creó. Sabe que podemos usarla o abusar de ella. Sabe que la vida en la tierra nos da la oportunidad de usarla de forma constructiva y amar lo suficiente como para encontrar nuestro camino de nuevo y volver a ser compañeros con El. Conoce nuestra bondad natural.

Y el amor, que es parte de todos nosotros, es lo que lleva a la madre de Sam a seguir cuidándole y haciendo todo lo que cree podrá hacerle feliz. Y sigue «velando por él como Dios quiere que lo haga».

Seguimos comunicándonos con ella porque tales problemas nos llaman a poner en práctica el arte curativo de Edgar Cayce y a ser amables, pacientes, solícitos, estar atentos a sus necesidades como ella lo está a las de su hijo. Y al mismo tiempo les ofrecemos la mejor ayuda posible en nuestro programa de rehabilitación.

Recientemente, los ataques de Sam empeoraron significativamente. Sugerimos usar las compresas de aceite de ricino no sólo sobre el abdomen (que era una terapia básica en los mensajes sobre la epilepsia), sino también en la cabeza. Algunos miembros innovadores de una congregación de rabinos en Israel habían empezado a usar compresas de aceite de ricino en la cabeza para casos tales como ataques y tumores cerebrales. Aún no están seguros de los resultados, pero creen que son prometedores. Por tanto, a Sam le aplicamos los paños en la cabeza una hora al día, tres veces por semana, y los ataques epilépticos han desaparecido casi por completo. Aún no puede cantar y hablar como hacía antes pero está mejorando poco a poco. ¿Cómo saber qué va a ocurrir? Esa clase de pregunta no tiene respuesta.

Creando belleza en el Templo

Nuestros programas residenciales son especiales (probablemente en muchos sentidos), especialmente porque tenemos el mismo tipo de programa terapéutico sea cual sea el problema de cada uno. En un programa, por ejemplo, los diagnósticos con los que debíamos trabajar eran: Cáncer, enfermedad de Parkinson, obesidad, distensión cardiaca, osteomielitis, artritis, esclerosis múltiple, epilepsia, depresión, problema crónico de columna y abuso de drogas.

¿Cómo hacemos para crear belleza en estos distintos templos? Tenemos ahí a doce o catorce personas en la sesión de orientación, todos extraños entre sí (pero que *empiezan* a cortar el hielo) y todos llenos de esperanzas y fantasías mezcladas con las preguntas puras y duras: «¿Por qué tengo yo este problema? ¿Por qué yo? ¿Para qué estoy aquí en realidad? ¿Qué quieres decir con eso de los ideales? ¿En qué consiste, finalmente, la curación? ¿Por qué hablas de la

muerte cuando estoy intentando vivir? Y ¿qué vamos a hacer para que pueda yo superar este problema?»

En primer lugar, claro, les preguntamos qué esperan realmente de los diecisiete días que pasarán aquí. ¿Qué quieren de verdad? A algunos les resulta difícil darse cuenta. Puede ser que digan: «¡Sólo quiero curarme!» Algunos quieren profundizar en sí mismos, pues ya se han enfrentado a la pregunta de cuál es el sentido de la vida y quieren seguir adelante.

A medida que tratamos esto en la sesión de orientación, la gente empieza a relacionarse. Luego, según pasan los días, encuentran lazos cada vez más fuertes entre ellos y empiezan a ayudarse unos a otros. Esta es quizá la clave de las sesiones de grupo. Extraños se convierten en hermanos y hermanas de vidas pasadas o compañeros de trabajo en obras nobles (o innobles). Se crean situaciones de unidad en las que pueden reconocer, consciente o inconscientemente, que en verdad están unidos los unos con los otros y, por tanto, más sintonizados con Dios. Esto va aumentando a medida que progresan por las sesiones de movimiento, color y música y las interpretaciones de sueños a la hora del desayuno.

Luego se ayudan unos a otros al compartir historias de sus vidas a la hora de cenar, y cada pequeña ayuda va creando más belleza en el «templo».

Dolores y achaques mejoran o se curan al recibir masajes o tratamientos de acuscopia o manipulaciones quiroprácticas. Y las emociones que causaron dificultades empiezan a aflorar, a trabajarse, a liberarse en las sesiones de psicoterapia o en las fantasías dirigidas o visualizaciones mientras investigan su propio inconsciente en la UCE.

Se alivian las tensiones y se resuelven los odios; la ira se suaviza para crear energía benéfica. Dentro de las células y los órganos del cuerpo, las fuerzas que allí moran despiertan a su potencial divino.

A menudo me he preguntado: «¿Cuántas células reciben la luz cuando medito diez minutos? ¿O cuando abandono un rencor incrustado?» Mi respuesta, claro, es sólo una conjetura. Pero me digo a mí mismo: «¿Qué importa, McGarey? Quizá 25 células, quizá 25.000; nunca lo sabré de todas formas, conque para qué tanta curiosidad? Si metes las narices, la cabeza y el cuerpo donde debes, llegarás a donde quieres ir. La paciencia es la clave, conque ¡no te impacientes!»

A medida que nuestros pacientes piensan en estas cosas, sus cuerpos reciben la clase de cuidados físicos que necesitan. Sus dietas se reajustan y se les hacen análisis para descubrir qué más pueden necesitar. Al pasar los días, y con ellos el estado de consciencia que los pacientes traían al llegar, su carácter emocional y sus actitudes cambian. Maduran.

Evidentemente no puede haber cambios en contra de la voluntad y el deseo de los individuos; y algunos acuden a los programas sin ese deseo de soltar lo que han estado arrastrando durante muchas encarnaciones. Estos casos son raros, afortunadamente, y la mayoría de los participantes avanzan, embelleciendo su templo de forma continuada. Cayce describió en un mensaje (N.º 1527-1) cómo esas partes embotadas que caracterizan experiencias difíciles de encarnaciones anteriores despiertan a una nueva consciencia. Dijo que había que mantener las actitudes mentales y espirituales que forman parte de los propósitos divinos por los que una entidad viene al mundo. Luego, poco a poco, va creándose una cooperación entre las distintas partes del cuerpo, una coordinación de fuerzas, en cierto modo, y un desarrollo de la consciencia donde antes había agotamiento y embotamiento. Dicho de otro modo, las actividades positivas constructivas y creativas superan los hábitos que nos crearon dificultades en el pasado.

El embellecimiento del templo ocurre poco a poco. Pero ocurre de verdad, y con él, a veces, la desaparición total del problema. Nos emociona verlo desde fuera pero ¡imagínate lo que le debe emocionar a la persona a la que le ocurre!

Le ocurrió a Stella Andres, quien a raíz de eso ha escrito un libro, *Stella* (con Brad Steiger como coautor), sobre su lucha contra el asma, la gangrena y un linfoma. Esta es su historia resumida, tal y como la escribió para nosotros, pero el entusiamo que sentimos al verla vivir esta experiencia en el Programa del Templo Hermoso (y posteriormente) no cabe en esta breve narración:

> «En 1979 me hice daño en el dedo del pie saliendo del baño y la herida no se me curaba. Fui a un especialista en Nueva York que me dijo que no tenía pulso en la pierna, y tras examinarme diagnosticó un aneurisma en la arteria femoral. Acudí a la Escuela de Medicina de la Universidad de Cornell para que me dieran otra opinión, y el diagnóstico fue el mismo. ¡Estaba asustada! El especialista me ingre-

só en un hospital en Nueva York, donde hallaron que tenía un linfoma (en cuarta fase) y no un aneurisma. Mientras me hacían todas las pruebas, mis dedos empezaron a ponerse negros. Cuando me amputaron los dedos, la gangrena había avanzado, conque me amputaron dos veces más, una debajo y otra encima de la rodilla. Estaba continuamente drogada y con alucinaciones. Después de la tercera amputación me desperté una mañana y tenía dos dedos del otro pie negros también. Decidí que esto se iba a acabar y tomé el mando.

»Mi marido me trajo aceite de ricino y gasa. Me envolví los pies en aceite de ricino y me negué a tomar más medicación y empecé a trabajar con biofeedback y visualización. Mis médicos le aconsejaban a mi marido que fuera comprando una silla de ruedas para doble amputación. Les di mucha guerra porque ya no tenía miedo y no les hacía ningún caso, continuando con mis tratamientos holísticos.

»En este tiempo estuve en contacto con la clínica para recibir su apoyo y, en cuanto me quitaron los puntos, George y yo vinimos a Phoenix. Esto fue en marzo de 1980, y con todo el apoyo moral que recibí de todos mis amigos aquí en la clínica y de la gente del Programa del Templo me curé por completo en seis meses. Tuve un ataque de asma muy fuerte que me pareció fue la catarsis que liberó la fase final de mi enfermedad. No he vuelto a tener asma desde hace ya cuatro años. Siento que ese ataque ayudó a curar el poco linfoma que quedaba y mis dedos del pie se curaron en seis meses. Ahora ya estoy bien y pienso seguir estándolo. Llevo una vida normal y hago todo menos correr, pero antes tampoco solía hacerlo. Después de muchos problemas, la prótesis se me ajusta muy bien y me da pereza quitármela hasta para acostarme.»

Stella había sido paciente nuestro en la clínica por asma antes de iniciársele la gangrena. Durante su tiempo aquí había superado el asma casi por completo. Hizo muchos amigos y posteriormente creó un grupo de apoyo holístico aquí en la clínica, que, tras la curación de su linfoma, llegó a gente de todo el país.

Stella sí que despertó esas partes embotadas de su cuerpo, ¿no crees? Tomó el control, empezó a ejercer su capacidad de decisión y *sabía* que podía devolver ese cuerpo a la normalidad. Y durante todo esto, creó gran belleza en su propio templo. Lo convirtió en un Templo Hermoso.

Otro caso extraordinario fue el de Luke, que nació con el síndrome de Down. Luke no estuvo en uno de nuestros programas, pero su presencia en la clínica, o haciéndose amigos, o en trata-

miento médico, o en la UCE con su madre, le hicieron ser el favorito de todos los que le conocían. Hasta le dieron una insignia que lucía orgulloso que decía: «Clínica A. R. E. Luke McClary Niño Prodigio». Pues lo era.

Luke era afortunado en tener unos padres y hermanos que le querían tanto que se fueron de Australia a Estados Unidos para obtener tratamiento para él. Era en un programa de organización neurológica de los Institutes for the Achievements of Human Potential (Institutos para el Logro del Potencial Humano) en Filadelfia. Se instalaron en Phoenix donde ejercían de quiroprácticos y acabaron trayendo a Luke a la clínica en busca de tratamiento.

Al principio era casi completamente fláccido, casi incapaz de tomar alimento. Creció un poco, pero no mucho. Luego, en 1979, empezó un tratamiento con la UCE que aparentemente cambió su cuerpo a medida que los campos magnéticos ejercían sus efectos.

En marzo de 1980, se le reevaluó en los Institutos en Filadelfia, y su crecimiento había sido extraordinario. Parecía que su cuerpo quería ponerse a la altura de los otros niños de su edad. En los siete meses desde su chequeo anterior, la cabeza le creció a un 750 por 100 de su tasa normal de crecimiento; el pecho a un 333 por 100 más de lo normal; y su peso aumentó más en esos siete meses que en todo el año y medio anterior. También se observó una mejoría importante de su control motor, su motilidad y su lenguaje. Su invalidez, calificada de grave, disminuyó notablemente a medida que Luke aprendía de muchas maneras.

Empezó a andar, aprendió a leer y todos le querían en la clínica. Luke se fue acercando poco a poco al ritmo de crecimiento de un niño normal. Su peso, perímetro craneal, perímetro torácico y altura respondían todos mejor de lo que se podría esperar en un tratamiento normal. A medida que creciá y florecía, su etiqueta de «niño de Down» quedó relegada para todos los que le conocían.

Su desarrollo era tan bueno que se sometió a cirugía de corazón para corregir un defecto congénito que contribuye a la muerte precoz de muchos de estos niños. Su alegría y su capacidad de atención eran signos de que se estaba haciendo cada vez más normal. Por eso fue un gran golpe para todos nosotros que le queríamos, que unos meses más tarde el corazón de Luke falló y se fue a otro lugar tras acabar aquí la tarea. La causa de la muerte fue registrada como fallo cardiaco. El músculo del corazón no podía ya con tanto trabajo extra.

La autopsia mostró que la cabeza de Luke se había desarrollado a la par que la de un niño normal de cinco años. Como el cerebro es el órgano dominante a la hora de establecer la capacidad de funcionamiento normal, el desarrollo sano del cerebro de Luke indicaba su proceso de superación de lo que llamamos síndrome de Down.

Luke, el Niño Prodigio de la Clínica A. R. E., fue realmente eso. Su respuesta a un programa de organización neurológica con modelación, remedios de Cayce, tratamientos quiroprácticos y terapia de campo electromagnético, como informó Harvey Grady en 1982 en el *Journal of Holistic Medicine* (4:2), fue realmente prodigiosa según todos los parámetros. Absorbió todo el amor que se le dio y devolvió más. Sea cual fuere su trastorno genético, estoy seguro de que cambió al crecer y prosperar. En el corto período que permaneció en esta dimensión terrena, Luke demostró que, sea cual sea el estado del cuerpo físico, siempre pueden ocurrir cambios que a la larga signifiquen curación. Nadie puede mirar dentro del corazón de otro y saber cuál es su propósito en la vida, pero estoy seguro de que Luke lo cumplió en esta vida y que sus padres obtuvieron mucho amor y curación al ayudar a Luke.

Promesas futuras

Al emprender cada uno de nosotros su viaje al resto de su vida, debemos tener en cuenta las siete reglas de la curación, basadas en la sabiduría de Edgar Cayce. Son indispensables para nuestro progreso. Si nos hacemos estas preguntas y las contestamos con sinceridad, nuestra probabilidad de lograr la curación, tanto del cuerpo como de la mente y espíritu, aumentará:

1. **¿Sé realmente lo que es la curación?** Recuerda, la curación puede darse por cambios en nuestra actitud mental o por influencias espirituales tales como la oración y la imposición de manos tanto como por el bisturí del cirujano. Puede darse por correcciones en nuestra dieta o por el uso de hierbas medicinales o por medicamentos tan poco convencionales como el aceite de ricino o el aroma del aguardiente de manzana. Pues como dijo Cayce: «Toda la curación proviene de una fuente. Y tanto la aplicación de dietas, ejercicios, meditación, o incluso el bisturí, son para traer a la consciencia

de las fuerzas que actúan dentro del cuerpo que ayudan a reproducirse, el conocimiento de las Fuerzas Creativas o Fuerzas de Dios.» (N.° 2926-1.)

2. ¿Tengo verdaderamente deseos de curarme? El poder del deseo o de la motivación es la energía que impulsa a la gente hacia el éxito de todo tipo. Es lo que tuvo Stella para sobreponerse a su aflicción casi mortal. Cayce indicó que existía en todo ser humano el deseo de vivir una vida útil. Como él dijo, el deseo estimulará el sistema linfático a través del sistema nervioso parasimpático «tanto o más que cualquier dosis que se pueda tomar» (N.° 2456-6). Sin él, dijo, poco se puede lograr.

3. ¿Espero curarme? La expectación es un elemento esencial en la curación. Una actitud expectante es tan importante como cualquier terapia. Implica tener una relación adecuada con el poder de las fuerzas curativas del universo, o como dijo Cayce: «Toda curación *de cualquier clase* es la sintonización del cuerpo a las Fuerzas Creativas de lo Divino dentro de nosotros por cualquier medio que se use para coordinar lo físico, mental y espiritual.» (N.° 2348-3.)

4. ¿Para qué quiero curarme? Cada uno tiene el poder de elegir su objetivo en la vida. Y, ya se elija antes o después de nacer, siempre tiene que ver con el progreso del alma en la realización de su destino. Y el progreso del alma está íntimamente relacionado con la curación del cuerpo, con el milagro de la regeneración. Cayce dijo que «cada palabra, cada acto, cada esperanza, cada elemento de actividad debe ser desinteresado y para gloria de Las Fuerzas Creativas o Dios.» (N.° 2994-1.)

5. ¿Qué puede hacer un médico para traer la curación? Tu médico puede entender o no que todos los instrumentos, métodos y modalidades de curación, hierbas, medicinas y productos químicos, así como las energías que provienen de sus manos y su presencia, son manifestaciones de lo Divino. Cayce trazaba una línea clara entre los que curan de verdad y los que se llaman doctores. Lo expresó así:

> «Ser un sanador de lo físico o médico del cuerpo material sin conocer el cuerpo mental y sin la habilidad de aplicar la fuerza espiritual, significa usar sólo una parte del poder de curar, y una parte

medida en dólares y centavos. Cura para conseguir la integridad del cuerpo con el todo.» (N.° 2739-2.)

6. ¿Qué puedo hacer yo para lograr la curación? Sigue el mandato: aplica las verdades que conoces; haz lo que sientas que es mejor. Cayce decía que saber lo que debes hacer y no hacerlo es una violación de las leyes de la curación. Nos desvía del camino espiritual que lleva a la curación, a la integridad, a la unidad con Dios. También dijo que cuando se aplican las verdades, descubrimos otras mayores. «Sólo por su aplicación, aunque sea por hábito, se puede hallar el verdadero sentido de las leyes» (N.° 967-1). Cayce nos recordó tener la mente y el corazón abiertos, perdonar y olvidar.

7. ¿Acepto el desafío de curarme y volver a estar entero? Este desafío de estar enteros se nos presenta a todos, por muy enfermos que estemos o por muy sanos que creamos estar. Pues todos necesitamos sanarnos en alguna parte de nuestro ser. Tenemos que tomar decisiones que traigan la salud a nuestras vidas. Tenemos que hacerlo con amor en todos sus aspectos y recoger los frutos del espíritu de amor: la fe, la esperanza, la amabilidad, la dulzura, la paciencia..., y así transformar nuestros propios cuerpos en lo que llamamos el Templo Hermoso. De eso trata precisamente la curación personal.

Todos fuimos creados por un Dios amoroso que quiere que nos demos cuenta de nuestra individualidad, que amemos las cualidades únicas que nos hacen distintos de *todos* los demás y a la vez reconocer que nuestro destino es ser uno con El. Hoy el mundo y todas sus naciones, familias e individuos, todos nosotros, estamos experimentando esa transformación. Vemos la enfermedad que nos rodea en los individuos, en las relaciones entre la gente, entre los grupos religiosos, entre los países, y sentimos la necesidad de traer paz y armonía y buena voluntad. La curación es la clave, la curación del cuerpo, la mente y el espíritu.

Estoy convencido de que nuestro destino es estar sanos, estar enteros, estar felices. Las energías de curación necesarias para lograr esto están dentro de nosotros. Todos las hemos presenciado: desde la desaparición de un enorme cardenal o laceración hasta la curación de un hueso roto, milagros cotidianos a los que no damos

importancia, pero milagros al fin. El desafío al que nos enfrentamos es elegir aquello en nuestras vidas que permita la curación. Tenemos más influencia de la que creemos y el reto de la sabiduría de Edgar Cayce para la Nueva Era es reconocer que podemos ser influencias sanadoras dondequiera que vayamos. La curación del mundo comienza por la curación de una persona, esté donde esté esa persona. Empieza contigo y conmigo.

ANEXO

COMPRESAS DE ACEITE DE RICINO

Material necesario:
1. Paño de lana.
2. Plástico de grosor medio.
3. Manta eléctrica.
4. Toalla de baño.
5. Dos imperdibles.

Instrucciones de uso:

Prepare primero el paño de lana suave (puede sustituirse por uno de algodón si no se encuentra de lana) doblado de dos a cuatro veces de forma que mida de 10 a 30 centímetros después de doblarlo. Este es el tamaño necesario para aplicaciones abdominales. Otras zonas pueden requerir una compresa de distinto tamaño. Echar aceite de ricino en el paño. Asegurarse de que el paño está empapado pero que no gotea aceite. Aplicar el paño a la zona que necesita tratamiento.

A continuación, cubrir el paño con un plástico. Encima colocar una manta eléctrica y ponerla a temperatura baja para empezar —luego subir a «media» y a «alta» si el cuerpo lo tolera—. Después ponerse una toalla doblada a lo largo alrededor de la zona y sujetarla con los imperdibles. La manta eléctrica debe tenerse puesta *sólo* entre una hora y una hora y media. El paño mismo se puede dejar puesto toda la noche. ¡Hay que tener mucho cuidado de evitar un calor excesivo! Se trata de aliviar, no de hacer más daño.

La piel puede limpiarse luego con bicarbonato sódico (dos cucharadas en un vaso de soda).

Mantener el paño en una bolsa de plástico para futuros usos. Se puede usar el mismo paño para distintos problemas y no hace falta tirarlo después de cada uso. Consultar con el médico sobre los detalles. *No intente lavar el paño.*

FUNDAMENTOS DIETETICOS TOMADOS DE LOS MENSAJES DE EDGAR CAYCE

Recuerda...
Hay tanto de Dios en lo físico.
como lo hay en lo espiritual o mental.
¡pues todo debe ser uno! (N.º 69-5).

... nunca bajo tensión o en estado de mucho cansancio o de gran excitación o de ira, debe el cuerpo ingerir comida... y nunca comer aquello que al cuerpo le desagrada... (N.º 137-30)

... lo mejor es una proporción de un 80 por 100 de alcalino-reactivos y un 20 por 100 de alimentos ácidos. Pero el cuerpo no debe hacerse esclavo de una idea fija ni de una dieta, de modo que no pueda comer ni de esto ni de lo otro. No tomar zumos cítricos *y* cereales en la misma comida. No tomar leche o crema en el café o en el té. No comer fritos de ninguna clase. (N.º 1568-2)

... cuando hay tendencia a la alcalinidad, hay menos peligro de catarros y congestiones. (N.º 270-33)

No tomar grandes cantidades de cualquier fruta, verdura, carne, que no se dé en la zona donde el cuerpo habita cuando toma estos alimentos. Esta será una buena regla para todos. Esto prepara al sistema para aclimatarse al territorio en que se encuentra. (N.º 3542-1)

... cereales que tienen grano, verduras de hoja; frutas y nueces... Las almendras tienen más fósforo y hierro en una combinación más fácil de asimilar que cualquier otra nuez. (N.º 1131-2)

Incluir a menudo en la dieta verduras crudas preparadas de distintas formas, no sólo en ensalada, sino rallada y combinada con gelatina.... (N.º 3445-1)

Pregunta: *Por favor explique el contenido nutritivo de la gelatina.*
Respuesta: No es su contenido alimenticio lo que importa, sino su capacidad de trabajar con las actividades de las glándulas, haciendo que éstas tomen, de lo que se absorbe o digiere, las vitaminas que no se activarían de no haber suficiente gelatina en el cuerpo. (N.° 849-75)

No usar *bacon* ni grasas para cocinar las verduras... (N.° 303-11)

Casi *todo el mundo* debe comer siempre mucha lechuga, pues ésta proporciona un efluvio en el torrente sanguíneo que constituye una fuerza destructiva para *la mayoría* de las influencias que atacan a la sangre. Es un purificador. (N.° 404-6)

Tener siempre muchas más verduras de superficie que de tubérculo, en proporción de tres a uno. Tomar al menos tantas verduras como legumbres. (N.° 2602-1)

El maíz y los tomates son excelentes. Se obtienen más vitaminas del tomate (maduro) que de cualquier otra verdura. (N.° 900-386)

Pero si éstos (los tomates) no se cuidan correctamente, pueden resultar muy destructivos para el organismo físico; es decir, si maduran después de haber sido arrancados... El tomate es una hortaliza que en la mayoría de los casos es mejor tomarla enlatada, pues así es mucho más uniforme. (N.° 584-5)

... el aceite de oliva en pequeñas cantidades... pues es un alimento para el sistema intestinal... (N.° 543-26)

... no ingerir muchas féculas con las proteínas o carnes. (N.° 416-9)

Evitar tomar demasiada carne de vacuno poco hecha. Las carnes deben ser preferiblemente de pescado, ave y cordero; otras no tan a menudo. Se puede tomar *bacon* muy frito ocasionalmente en el desayuno. (N.° 1710-4)

P: *¿Cuánta agua se debe beber al día?*
R: De seis a ocho vasos llenos (N.° 1131-2)

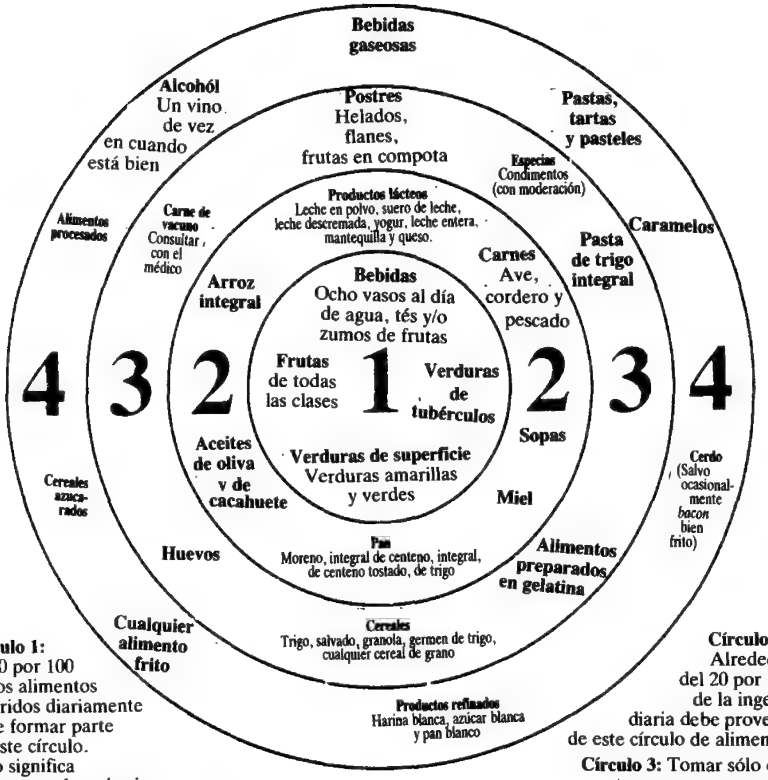
Engullir la comida o tragarla con ayuda de líquidos *es la* actividad dietética ¡que más catarros produce! Hasta el agua y la leche deben *tenerse* un rato en la boca antes de pasarla al estómago... (N.° 808-3)

Cada mañana, al levantarse, beber de medio a tres cuartos de vaso de agua templada... esto limpiará el sistema de toxinas. (N.° 311-4)

El cocinar con condimentos, hasta con sal, *destruye* muchas de las vitaminas de los alimentos. (N.° 906-1)

Algunas características de los alimentos cocinados en aluminio son malas para *cualquier* sistema... Cocinar mejor con papel vegetal (de tipo pergamino). (N.° 1196-7)

P: *Considere también la presión de vapor para cocinar rápidamente. ¿Lo recomienda usted o destruye las preciosas vitaminas de las verduras o frutas?*
R: Más bien preserva que destruye. (N.° 462-14)



Círculo 1: El 80 por 100 de los alimentos ingeridos diariamente debe formar parte de este círculo. Esto significa que cuatro de cada cinco raciones de comidas deben provenir del centro del círculo.

Círculo 2: Alrededor del 20 por 100 de la ingesta diaria debe provenir de este círculo de alimentos

Círculo 3: Tomar sólo dos a tres veces por semana

Círculo 4: Alimentos a evitar

DIETA BASICA

MENUS MODELO *

DESAYUNO: Cítricos o cereales (no combinar al mismo tiempo). Huevo hervido o revuelto. Tostadas de pan integral. Un vaso de leche.

COMIDA: Tomar verduras CRUDAS y/o una sopa de verdura. Incluir verduras de hoja verde en una ensalada con aceite y vinagre o mayonesa. Un pedazo de pan y mantequilla si se quiere. Bebida.

CENA: Carne de pescado, de ave o de cordero. Verduras cocidas, cualquiera de las de superficie o tubérculos, verdes o amarillas. Postre si se desea. Bebida.

---

* Estos menús están adaptados al horario norteamericano en el que se desayuna fuerte por la mañana, se almuerza poco sobre las 12 del mediodía y se cena (la comida principal) a eso de las 6 o 7 de la tarde. Las recomendaciones dietéticas, en general, están en función del sistema de vida y alimentación norteamericano, donde abundan mucho las comidas rápidas y los dulces y picar entre horas. (*N. de la T.*)

EL EQUILIBRIO ACIDO-ALCALINO *

Alimentos alcalino-reactivos

Todas las frutas, frescas y secas, salvo ciruelas pasas, ciruelas y arándanos.

Albaricoques.	Lima.
Bayas.	Naranjas.
Dátiles.	Melocotones.
Higos.	Peras.
Pomelo.	Piñas.
Limones.	Pasas.

Todas las verduras, frescas y deshidratadas, excepto legumbres (guisantes secos, judías y lentejas) y ruibarbo.

Espárragos.	Aceitunas.
Remolachas.	Cebollas.
Algarrobas.	Planta de la ostra.
Zanahorias.	Chirivía.
Coliflor.	Rábanos.
Apio.	Colinabo.
Berenjena.	Espinacas.
Judías verdes.	Brotes.
Batatas.	Lechuga.
Zumo de tomate.	Setas.

Leche y todos sus derivados: requesón, queso.
Miel.

Alimentos ácido-reactivos

Aceites vegetales.
Ciruelas pasas, ciruelas, arándanos, ruibarbo.

---

* Las listas de alimentos están tomadas del libro: *Edgar Cayce on Diet and Health* («Edgar Cayce habla sobre la dieta y la salud»), de A. Read, C. Ilstrup y M. Gammon (Nueva York, Warner Books, 1969). Ver también Arthur W. Snyder: *Foods that Preserve the Alcaline Reserve* («Alimentos que preservan la reserva alcalina»), Los Angeles, Hanson Publishing Co., 1972. (*N. de la T.*)

Todos los granos cereales y sus productos.
Todos los alimentos ricos en féculas y en proteínas.
Nueces: almendras, avellanas, mantequilla de almendra.
Legumbres: judías blancas y pintas, guisantes secos, lentejas.
Carnes: cordero.
Pollería: Pollo, pavo, pato, ganso, aves de caza.
Vísceras: corazón, sesos, riñones, hígado, mollejas, timo.
Claras de huevo (las yemas no son ácido-reactivas).

Nunca bajo tensión, gran cansancio, excitación o ira, deben ingerirse alimentos. Y nunca se deben tomar comidas que no apetezcan al cuerpo (N.° 137-15.)

Somos física y mentalmente lo que comemos y lo que pensamos (N.° 288-38.)

DIETA PARA ARTRITIS

Principios básicos:

1. Comer bastante fruta y verduras (frescas a ser posible, si no congeladas o secas). Tomar también una buena ensalada de verduras crudas al día como plato principal de una comida. Combinar a menudo verduras crudas con gelatina.
2. Vigilar el equilibrio ácido-alcalino.
3. Evitar ciertas combinaciones de alimentos.
4. Equilibrar verduras de superficie y tubérculos: 3 a 1. Comer más verduras de hoja que legumbres.

No comer:

1. Harina blanca o refinada, o granos, o productos hechos con estos granos procesados.
2. Azúcar refinado, moreno, de caña, melaza o productos que los contengan, tales como mermeladas, helados, pastas o caramelos.
3. Chocolate.
4. Leche o crema (sólo cantidades muy pequeñas de leche).
5. Cerdo (bacon inclusive), añojo ni ternera.
6. Grasa, especialmente grasa animal.
7. Fritos.
8. Alimentos enlatados.
9. Especias o alimentos muy sazonados.
10. Alcohol.
11. Cerveza, malta, o bebidas gaseosas.
12. Coles o alimentos ricos en féculas.
13. Manzanas, Plátanos, Fresas o tomates frescos.

Estos alimentos deben estar incluidos en la dieta:

1. Toda clase de verduras crudas (salvo las coles): especialmente berros, cardo, brotes de mostaza, col rizada, zanahorias, apio y lechuga.
2. Sólo productos de grano integral. Pan moreno con moderación.
3. Nueces, especialmente almendras y avellanas (son mejores las nueces crudas que las tostadas o saladas).
4. Pescado y mariscos, productos avícolas, cordero, caza, hígado,

callos y jarrete de cerdo (la única excepción a la prohibición de tomar cerdo).
5. Zumos vegetales y cítricos (cuando no se toman cereales).
6. Bayas (salvo fresas) y cítricos.
7. Verduras de hoja hervidas (salvo coles), salsifí, chirivía, peladuras de la patata cocida (pero no el interior).
8. Alcachofa (aguaturma) una vez por semana (es una raíz).
9. Muchos berros y hojas de remolacha (éstos ayudan a eliminar).
10. Todas las frutas (salvo manzanas, plátanos y fresas), mejor frescas.
11. Leche dulce y suero de leche de vez en cuando en poca cantidad.
12. Pequeñas cantidades de miel.
13. Usar aceite vegetal o de cacahuete.
14. Pequeñas cantidades de café solo o té (según indicación médica).
15. Pequeñas cantidades de queso y dos o tres huevos pasados por agua a la semana según indicación médica.

Evitar combinaciones de alimentos tales como:

1. Cítricos con productos cereales.
2. Café o té con leche y/azúcar.
3. Grandes cantidades de féculas con carnes (proteínas) o dulces (frutas).

Equilibrio ácido-alcalino

Algunos alimentos son ácido-reactivos al ingerirlos y otros son alcalino-reactivos. La dieta debe estar ajustada para mantener un equilibrio adecuado en el cuerpo. El equilibrio correcto es de 80 por 100 alcalino y 20 por 100 ácido. Para obtener ese 80 por 100, cuatro de cada cinco platos deben provenir de la lista de alimentos alcalino-reactivos.

DIETA PARA ECCEMA

1. Nada de fritos. Esto incluye patatas fritas y otros aperitivos.
2. Nada de bebidas gaseosas. Esto incluye bebidas dietéticas y cervezas.
3. Nada de caramelos, dulces, azúcar, pastas, pasteles, ni helado. Se puede usar a veces miel sobre tortitas de harina integral.
4. Nada de patatas ni pan blanco. Limitar féculas a un 20 por 100 de la dieta.
5. Nada de cerdo, carne de vacuno o jamón. Como carne, usar cordero, pescado y aves de corral asadas, guisadas o cocidas.
6. Nada de mantequillas, grasas ni margarinas. Nada de aliños con aceite.
7. Las verduras deben constituir una parte sustancial de la dieta. Zanahorias, quirubombo, calabaza y similares se recomiendan especialmente. También ensaladas verdes (¡pero sin aliños de aceite!). Evitar, sin embargo, los guisantes y las judías blancas y pintas.
8. Frutas: Comer con mesura. Evitar manzanas crudas y plátanos.
9. Té de gordolobo: cada noche al acostarse, beber una taza o más de este té. Puede obtenerse en un herbolario. Preparar poniendo media cucharada en una taza y vertiendo después el agua hirviendo encima. Dejar reposar media hora, colar y beber.
10. No sazonar mucho los alimentos.
11. Leche, huevos (sólo yemas) y queso se pueden tomar.
12. No combinar cítricos y cereales en la misma comida.

BIBLIOGRAFIA SELECTA

A Search for God. Virginia Beach, VA: Edgar Cayce Foundation, 1987.

Cayce, Gail: *Osteopathy.* Virginia Beach, VA: Edgar Cayce Foundation, 1973.

Jesus the Pattern. Virginia Beach, VA: Edgar Cayce Foundation, 1980.

McGarey, William A.: *Edgar Cayce Remedies.* Nueva York: Bantam Books, 1983.

— *Physicians Reference Notebook.* Virginia Beach, VA: Edgar Cayce Foundation, 1968.

Montgomery, D. W.: «Castor Oil», *J. Cutaneous Disease,* 36 (1918): 446.

Oulette, R.: *Holistic Healing.* Fall River, MA: Aero Press Publishers, 1980.

Read, A.; C. Ilstrup y M. Gammon: *Edgar Cayce on Diet and Health.* Nueva York, Warner Books, 1969.

Rusznyák, Istv'an, y col.: *Lymphatics and Lymph Circulation: Physiology and Pathology,* editado por L. Youlten. 2nd. English Edition. Elmsford, NY: Pergamon Press, 1967.

INDICE DE NOMBRES

Aborto evitado, compresas de aceite de ricino, 167.

Abscesos, glándulas linfáticas, axila, compresas de aceite de ricino, 174.

Academia de Parapsicología y Medicina, 54.

Aceite de cacahuete: artritis, 184; beneficios del masaje, 184-185; masaje, apnea, 39; artritis reumática, 181; espondilitis, 185; cartílago roto, 183.

Aceite de oliva, 88-90.

Aceite de ricino: acné, 174; alergias, 171; otitis, 169-170; gangrena, 197; bulto en párpado, 167; fiebre del heno, 171; infección, 185; insomnio, 169; dolor en las articulaciones, 168; inflamación de nódulo linfático, 169; estimula flujo de la linfa, 185; heridas de punción, 185; restaura vibración sana, 177; keratosis cutánea, 169; acelera regeneración, 159-160; tumor, 169; verrugas, pie, 171-172; por qué funciona, dos teorías, 173; arrugas, 174.

Aceite de ricino (compresas): apendicitis, 174; estreñimiento, 123; epilepsia, 194; fibroma, útero, 180; seguido por grandes dosis de aceite de oliva, 89; niño llorón, 170-171; hiperactividad, 170-171; mejora sistema inmunológico, 173; instrucciones, 203; no estrías, 168; embarazo, 168; evita abortos, 167; recomendado en los mensajes de Cayce, 165; relajación del cuerpo, 174; tobillo dislocado, 168; testimonios, 167-172; tumor, cráneo, 172; usos enumerados, 174.

Acido-alcalino (equilibrio), 32, 91-104, 208-209; dieta para artritis, 210-211; recomendaciones dietéticas, 91-92; ejercicio, sueño, 96; Glicotimolina, 97; exceso de acidez, 44, 91, 92.

Acné, aceite de ricino, 174.

Actitudes, efectos, 39, 66.

Acupuntura, 161; basada en conducciones eléctricas, 59-60.

Agua, beber, 101, 123, 206.

Alergia: caso clínico, 44; aceite de ricino, 44, 171.
Aloe vera, 179-180.
Aluminio, cocinar en, 206.
American Holistic Medical Association, 53.
American Journal of Diseases of Children, The, 113.
American Medical Association, 128.
American Medical News, 128.
Amígdalas, regeneradas, 160.
Andres, Stella, 196.
Angina de pecho, 143-145; crea enfermedad, 107, 143.
Angina de pecho, curada, unidad de campo electromagnética, 162.
Antibióticos, infección de hongos, 91, 113.
Apendicitis, compresas de aceite de ricino, 173.
Apnea, niños, caso clínico, 40.
A.R.E. Clinica, ideales, 63.
Arrugas, aceite de ricino, 174.
Artritis: dieta, 210-211; traumática, aceite de cacahuete, 184.
Artritis reumática, caso clínico, 181.
Asma, 197.
Asimilación, órganos de, 122.
Asociación para la Investigación y la Iluminación (A.R.E.), 71.
Astrología, influencias, 45.
Atlántida, espíritus con animales, 74-78.
Atomidina y Glicotimolina, duchas internas, fibroma, 180; artritis reumática, 181.
Auras, 69, 106, 146.
Autogénicos: ejercicios, biofeedback, 163.
Autogénicos: sueños, 29.

Bebés, cuidados, llanto, compresas de aceite de ricino, 170.
Becker, Robert O., 57.
Benson, Herbert, 32-33.
Biofeedback, 163.
Bronquitis, 182.
Bulto en el párpado, aceite de ricino, 167.

Cabeza y cuello, ejercicios, explicación fisiológica, 103.
Calcio: depósitos, ejercicios de columna, 100.
Califano, Joseph A. Jr., 32.
Callan, John P., 55.
Callosidades, remedio, 185.
Cáncer: dieta, 82, 85-86; radicales libres, aceites rancios, 88; pulmones, estudio clínico, 130-132; metástasis, 58-59; del recto, 82; de útero, relacionado con incesto, 73; de la lengua, 84; tumores, 86.
Candidiasis, causada por antibióticos u hormonas, 113.
Cartílago, aceite de cacahuete, 184.
Catarro, causas de, 204-205; común, no puede darse en medio alcalino, 93.
Cayce, Edgar: Padre del Holismo, 34, 55; fuente de información oculta, 114.
Cayce, Gail, 129.
Célula, consciencia, 42.
Célula mojada, aparato, 57.
Centros espirituales, explicación de siete, 44-47, 69, 104-105.
Ciática, masaje, 134.

Colesterol, nivel, cambios en la dieta, 85, 88.
Colónica, irrigación, beneficios, 124.
Columna, ejercicios, 99-100; fisiología, 129; subluxación, 125.
Comer, cuando no se debe, 204-205.
Consciencia cósmica, 103.
Contacto curativo, 68, 69.
Corazón, enfermedad: aceite de oliva, 87; relacionado con la ira, 143.
Crisis emocional, masaje, 134.
Culpa, 145.
Curación: equilibrio de mente, cuerpo y alma, 78; métodos, variedad que usamos en la Clínica, 117; leyes de, 199-202; contacto, 69.

Chakras, 105. Ver también Centros Espirituales.
Chi, fuerza vital, 31.

Darwin, teoría de la evolución, 74.
Departamento de Medicina Energética, Clínica A.R.E., 51.
Desfase horario, tratamiento, 117.
DeVries, Julian, 42.
Dieta: almendras, tumores, 86-87; artritis, 210-211; cáncer, 82, 83, 86; eccema, 213; lupus eritematosus, 83; zumos de verduras, 87; 20% ácido, 80% alcalino, 92.
Digestión, 122-124.
Dios, base de la curación, 34; electricidad, vibraciones, 61; fuente de salud, 37-40, 67.
Dolor: alivio, unidad de campo electromagnética, 162-163.
Dolor en articulaciones, aceite de ricino, 168.
Down, síndrome, caso clínico, 197, 199.
Drogas, pros y contras, 53.

Eccema, dieta, 212.
Ejercicios, óptimos, 99.
Electricidad: circuitos, fundamental para salud, 51-52-59.
Electricidad: energía, en meditación, 105.
Eliminación, órganos de, 121.
Emociones como causa de enfermedad, 145.
Endocrinos, centros, relacionados con los siete centros espirituales, explicados, 104-108, 136.
Enfisema, inhalación de vapores de aguardiente, 181.
Energía, cuerpo, 41, 45.
Energía, flujo, patrón, 118.
Energía, patrones, centros espirituales, 105.
Epilepsia, compresas de aceite de ricinio, 194.
Epstein-Barr, síndrome vírico de, 156, 157.
Espondilitis cervical, aceite de cacahuete, 185.
Estadística vs. atención personalizada, 30.
Estadísticas, terapia de campo electromagnética, 162-163.
Estrés: reducción, 67, 134, 162; trastorna flujo eléctrico, 32.
Estreñimiento, caso clínico, 121-123.
Experiencia en el umbral de la muerte, niños, 113-114.

Fantasías dirigidas, camino al yo superior, 144.
Faringitis infecciosa, caso clínico, 44, 45.
Fibroma, útero, 180.
Fiebre, caso clínico, 44.
Fiebre del heno, aceite de ricino, 171.
Fracaso, cómo verlo, 140.
Friedman, Milton, 54.

Gangrena, aceite de ricino, 196.
Garganta, dolor: Caso clínico, 44.
Glándula pineal, 103, 108, 118.
Glándula pituitaria, 108.
Glándula suprarrenal, 33, 106-107.
Glicotimolina: y Atomidina, duchas internas, fibroma, 180; alcalinizan cuerpo, 97.
Gónadas, 106-107, 108. Ver también Centros Espirituales.
Grady, Harvey, 199.
Green, Elmer, 54.
Grundy, Scott, 88.

Heisenberg, Werner, 55.
Herencia, libertad, 48.
Hierbas, tés, 88.
Hígado, 124, 125.
Hiperactivo, niño, compresas de aceite de ricino, 170-171.
Hipócrates, 27.
Hipoglucemia, síntomas y tratamiento, 112.
Historia médica del holismo, 111.
Holismo, 167.
Holística, medicina, A.M.A., 55.
Hormonas, causan infección de hongos, 113.
Huesos, fortalecidos con aceite de cacahuete, 184.

Impedancia, aparato, 57.
Inconsciente, 137-153.
Infarto, relación con el colesterol, 89.
Infección, aceite de ricino, 185.
Insomnio, aceite de ricino, 169.
Instituto Fetzer de Investigación sobre Medicina Energética, 61.
Instituto Nacional de la Salud, investigación, 61, 86.
Instituto para el Logro del Potencial Humano, 198.
Investigación médica, aceite de ricino, 173; medicina energética, 51-54; regeneración, 57, 58.
Investigación del misterio del aceite de ricino, Harvey Grady, 173.
Ira, 143-145, 152; crea enfermedad, 107, 143.

Jesús, experiencia con, 131, 144.
Journal of Holistic Medicine, 199.
Journal of the American Medical Association, 55.

Keratosis cutánea, aceite de ricino, 169.
Kirksville College of Osteopathy, 127.
Krieger, Dolores, 69.

Lee, Richard V., 30.
Leucemia, masaje, 133.
Linfa: circulación, masaje, 134.
Linfático: sistema, responde al aceite de ricino, 174; efecto de actitudes, 32-33, 200; explicación del efecto, 94, 95.

Linfático: nódulo inflamado, aceite de ricino, 169; linfoma, aceite de ricino, 196.
Longevidad, 157, 158.
Lupus erimatosus: caso clínico, 83; compresas de aceite de ricino, 83.

Madras, Instituto de Magnetobiología, 51.
Maimónides, 27.
Mala absorción, síndrome, caso clínico, 27-29.
Marti-Ibañez, Felix, 34.
Masaje, 130-136; con música, 130-150; artritis reumática, 181; ciática, 134; de columna, aceite de cacahuete, 39.
M.D. Magazine, noviembre 1960, 34.
Medicina alopática, definición, 27.
Medicina, crisis, 19.
Medicina energética: acupuntura, 161; Parálisis de Bell, 155; quiropráctica, 53; definición, 52; conferencia internacional, 51; TENS, 161.
Meditación, cómo hacerla, 102. 105.
Mente, efecto sobre cuerpo, 33, 39.
Miedo, crea enfermedad, 107, 135.
Mononucleosis infecciosa, 156.
Morse, Melvin, 113.

Naturaleza animal, de seres humanos, 74, 75, 76, 78.
Naturaleza espiritual, afecta a la curación, 29, 33, 34.
Nervio, regenerado, 157.
New England Journal of Medicine, 32, 74.

Odio, 152.
Ortmans, Kay, 130.
Osteopatía, 127-130.
Otitis, aceite de ricino, 169-170.

Palma Cristi. *Ver* Aceite de ricino.
Papel vegetal, 206.
Parálisis de Bell, caso clínico, 156.
Parálisis facial, 155.
Perdón, 131, 132, 152, 155.
Perfil de riesgo coronario, 88.
Picadura de insecto, paño de sal, 185-186.
Pies, importancia del masaje, 135-136.
Plexo solar, tranquilizado por compresas de aceite de ricino, 174.
Programa de Daño Cerebral, Clínica A.R.E., 192.
Pulmón: cáncer, caso clínico, 130.

Quiropráctica, 52, 128.

Rabo, niño nacido con, 74.
Radicales libres, 88.
Regeneración, 41, 158-161; corrientes electromagnéticas, 57-58.
Reilly, Harold, 133.
Relajación, compresas de aceite de ricino, 174.
Respiratorio, infecciones del tracto, caso clínico, 91.
Respiratorios, ejercicios, razón fisiológica, 103.
Riñones, 124-125; como polo opuesto del hígado, 124-125.
Riñones, piedras en los, descoordinación, hígado y riñones, 124-125.
Rosch, Paul, 51.

Sal en paño, picadura de insecto, 185-186.
Sanador, verdadero holismo, 200-201.
Shealy, Norman, 53.
Síndrome sacro-ilíaco, tratamiento, 127, 128.
Sistema inmunológico: 32, 43-44, 93-95; mejora con aceite de ricino, 173; efecto de actitud, 33; herencia, 45; timo, 107.
Sistema nervioso autonómico, 28.
Steiger, Brad, 196.
Stills, Andrew Taylor, 127.
Subluxación, columna, 125, 131.
Sueños, 148-153.
Sueños, experiencia psíquica, 144-145.
Sulfato de magnesio (sal de la higuera), remedio desfase horario, 117; de artritis reumática, 180.

Templo Hermoso, Programa, 64, 65, 73-76.
Templo del Sacrificio, en Egipto, 73-76.
TENS, 161.
Terapia de campo electromagnético, síndrome de Down, 132, 198.
Terapia de TENS, Parálisis de Bell, 156.
Terapias, 54.
Timo: centro del corazón, almacén de heridas, 131; símbolo, 107.
Tiroides, glándula, centro de la voluntad, 138.
Trompas de Falopio, regeneradas, 160.
Tuberculosis, remedio, 181.
Tumor, aceite de ricino, 169.

Verrugas, aceite de ricino, 171-172.
Vibraciones, 61, 62, 175.
Vibrador, benéfico, 135.
Vidas pasadas, recuerdos, 130, 142.
Visualización, método curativo, 143.

Yeast Connection, The, 113.
Yemas de los dedos, regeneradas, 161.

SOBRE EL AUTOR

William A. McGarey es médico de cabecera y autor o coautor de ocho libros. En 1970, él y su mujer, Gladys T. McGarey, M. D., crearon la Clínica A. R. E. en Phoenix, Arizona. También es miembro fundador de la American Holistic Medical Association y conferenciante sobre medicina holística.

En 1965, el doctor McGarey fue nombrado director de la Sección Médica de la Fundación Edgar Cayce y ha trabajado para poner en marcha programas de investigación para evaluar las ideas expuestas en los mensajes de Cayce relacionados con la fisiología y la terapia. Por su conocimiento de los mensajes de Edgar Cayce, el doctor McGarey ha dado conferencias y cursos para la Asociación para la Investigación y la Iluminación en distintos centros, congresos y seminarios por todo Estados Unidos.